✿ جولوگ دُنیا کی زندگی اوراُس کی زیب وزینت کے طالب ہوں ہم اُن کے اعمال کا بدلہ اُنہیں دنیا ہی میں دے دیتے ہیں اوراُس میں اُن کی حق تلفی نہیں کی جاتی O

✿ یہ وہ لوگ ہیں جن کے لئے آخرت میں آتش (جہنم) کے سوااور کچھ نہیں اور جو عمل اُنہوں نے دنیا میں کیئے سب برباداور جو کچھ وہ کرتے رہے سب ضائع ہوا O

سورۃ ہود آیت ۱۵،۱۶

✿ اور جو چیز تم کودی گئی ہے وہ دنیا کی زندگی کا فائدہ اوراس کی زینت ہے اور جو خدا کے پاس ہے وہ بہتر اور باقی رہنے والی ہے کیا تم سمجھتے نہیں؟ O

سورۃ القصص آیت ۶۰

✿ کیا یہ لوگ تمہارے پروردگار کی رحمت کو بانٹتے ہیں؟ ہم نے اُن میں اُن کی معیشت کو دنیا کی زندگی میں تقسیم کردیا اور ایک کے دوسرے پر درجے بلند کیئے تاکہ ایک دوسرے سے خدمت لے اور جو کچھ یہ جمع کرتے ہیں تمہارے پروردگار کی رحمت اس سے کہیں بہتر ہے O

✿ اور اگر یہ (خیال) نہ ہوتا کہ سب لوگ ایک ہی جماعت ہو جائینگے تو جولوگ خدا سے انکار کرتے ہیں ہم اُن کے گھروں کی چھتیں چاندی کی بنادیتے اور سیڑھیاں (بھی) جن پر وہ چڑھتے O

✿ اور اُن کے گھروں کے دروازے بھی اور تخت بھی جن پر تکیہ لگاتے ہیں O

✿ اور (خوب) تجمل (وآرائش کردیتے) اور یہ سب دنیا کی زندگی کا تھوڑا سا سامان ہے اور آخرت تمہارے پروردگار کے ہاں پرہیزگاروں کے لئے ہے O

سورۃ الزخرف آیت ۳۲ تا ۳۵

اسلام میں صحت وصفائی کی اہمیت

اسلام عرب میں نمودار ہوا۔ اس خطِ ارض کے متعلق سب جانتے ہیں کہ اس کرۂ ارض میں اس خطِ ارض کا کیا مقام تھا اور اس کی کیا حیثیت تھی لیکن اس ریگ زارِ عرب سے جہاں زندگی کی کوئی سہولت میسر نہ تھی اور جہاں آسودگی کی کوئی شئے حاصل نہ تھی چشمۂ اسلام پھوٹا، جاری ہوا اور اس طرح جاری ہوا کہ سارا کرۂ ارض اس سے فیضیاب ہوا اور شاداب ہوا۔ اس تاریخی حقیقت سے کون انکار کرسکتا ہے کہ اس کرۂ ارض کا کوئی حصہ ایسا نہیں ہے کہ جہاں اسلام کے چشمۂ فیض سے اقوامِ عالم مستفید اور مستفیض نہ ہوئی ہوں۔ یہ ناقابلِ تردید حقیقتیں ہیں کہ دنیا کے اس ملک کو اسلام نے حکمرانی کے لئے، اخلاقیات میں اتباع کے لئے، معاشیات میں زندگی سنوارنے کے لئے غرض ہر شعبۂ زندگی میں کچھ نہ کچھ ضرور بخشا ہے۔ کسی مذہب کی رفعت و عظمت کی اس سے بڑی دلیل اور کیا ہوسکتی ہے کہ ساری کی ساری اقوامِ ارض اس کی کسی نہ کسی صورت حال خوشہ چیں ہوں یہ فخر صرف اسلام ہی کو حاصل ہے اور یہ مقام بلند و ارفع صرف مسلمانوں کو ہی نصیب ہے کہ وہ اس صورتحال پر سرِ افتخار بلند کریں اور ان حقائق کو نظرانداز نہ کریں جو اس عظمت و رفعت کا ذریعہ ہیں۔ اسلام کی اس رفعت و بلندی کے اسباب بہت زیادہ ہیں۔ ان تمام اسباب میں کہ جو عظمت اسلام کے لئے گنائے جاسکتے ہیں ایک اہم سبب اسلام میں طہارت اور پاکیزگی کا معیار ہے۔ اسلام نے صفائی اور پاکیزگی کو جو اہمیت دی ہے وہ ان چند نہایت مضبوط ستونوں اور اصولوں میں سے ایک مضبوط ترستون اور اصول ہے جن پر نظامِ اسلام قائم ہے بلکہ نظامِ عالم برقرار ہے قرآنِ کریم اور حدیث نبوی ﷺ نے جو رہنما اصولِ زندگی عطا کئے ہیں ان کی سب سے بڑی خصوصیت اور سب سے بڑی اہمیت یہ ہے کہ وہ ہرگز ایسے نہیں ہیں کہ محض کسی ایک خطِ ارض کے لئے قابلِ عمل ہوں بلکہ حقیقت یہ ہے کہ اسلامی اصول اس قدر سادہ اور اس قدر مضبوط ہیں کہ کرۂ ارض کے ہر ملک و ملت کے لئے قابلِ عمل ہیں۔

اسلام نے صفائی اور پاکیزگی کو جو اہمیت دی ہے وہ ان چند نہایت مضبوط ستونوں اور اصولوں میں سے ایک مضبوط ترستون اور اصول ہے جن پر نظامِ اسلام قائم ہے بلکہ نظامِ عالم برقرار ہے

اسلام عالمگیر مذہب ہے اور وہ بلاتخصیص آب و ہوا اور رنگ و نسل ہر انسان کے لئے اصول و ہدایت رکھتا ہے۔ ایسا مذہب وہی ہوسکتا ہے کہ جس کی تعلیمات پر نوعِ انسانی کا ہر طبقہ اپنے خاص ماحول میں باسہولت اور بلادقت عمل پیرا ہوسکے اگر ایسا نہ ہوتا تو دنیا کے ہر ملک و ملت تک اسلامی اثرات و اصول ہرگز نہ پہنچتے۔ تاریخ کے مطالعے سے معلوم ہوتا ہے کہ اسلام سے پہلے دنیا کا کیا حال تھا۔ جہاں تک حفظِ صحت اور طہارت کا تعلق ہے دنیا کا یہ حال تھا کہ غسل کرنا معیوب تھا، ناخن ترشوانا غلط تھا، صفائی اور طہارت کے دوسرے لوازم بے حقیقت تھے۔ قرآن نے سب سے زیادہ اہمیت کے ساتھ صفائی اور طہارت پر زور دیا ہے اور ابتداء اس سے ہوئی کہ ترجمہ: ”یعنی اس صحیفۂ ربانی کو وہی ہاتھ لگا سکتے ہیں کہ جو طاہر ہوں (پاک وصاف ہوں)“ پھر ارشاد ہوا ہے کہ ”خدا ان لوگوں کو پسند فرماتا ہے جو طاہر ہوں۔“

ایک بنیادی بات ہمیشہ ذہن میں رہنی چاہئے قرآن مجید میں اللہ تعالیٰ فرماتا ہے۔ ”تمہارے لئے اللہ کا رسول ﷺ بہترین نمونہ ہے۔“ جناب محمد رسول اللہ ﷺ کا ہر فعل و عمل قرآنی تعلیم کے مطابق تھا۔ قرآنِ کریم جب دستورِ حیات بن کر نازل ہوا تو اس پر عمل پیرا ہونے اور عمل کرانے والے جناب رسالت مآب ﷺ ہی تھے۔ اگر قرآن پر عمل نہ ہوتا تو یہ فقط ایک کتابِ قانون ہی رہتا۔

قرآن پر بڑی احتیاط و تسلسل اور صحت کے ساتھ عمل ہوا۔ جنابِ رسول ﷺ کا عمل، خلفائے راشدین کا عمل اور دوسرے بزرگانِ دین کا عمل، ان سب کی مثال ملتی نہیں ہے۔ جناب رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ”اللہ تعالیٰ خود پاک ہے اور پاکیزہ چیز پسند فرماتا ہے۔“ ایک اور موقع پر ارشاد فرمایا ”یعنی صاف ستھرے رہا کرو کہ اسلام پاکیزہ مذہب ہے“۔ پھر ارشاد ہوا۔ ”ترجمہ اللہ تبارک و تعالیٰ میل کچیل اور بکھرے بال پسند نہیں فرماتا۔“ ان احادیث نبوی ﷺ سے یہ بات واضح ہوجاتی ہے کہ اسلام کی پیروی کے لئے شرطِ اول طہارت اور پاکیزگی ہے۔ بالکل ابتدائی زمانۂ اسلام میں نبی ﷺ کو اللہ تعالیٰ نے تاکید فرمائی تھی۔ ترجمہ ”یعنی اپنے لباس کو صاف ستھرا رکھا کرو اور ہر قسم کی گندگی سے پرہیز کیا کرو۔“ یہ ارشادِ باری تعالیٰ پُراز معانی ہے۔ غور کرنے کی بات یہ ہے کہ ہدایات اس دور میں جاری ہوئیں جب سارا عرب بنجر اور بے آب و گیاہ تھا۔

(احمد حسن......لاہور)

بانی وروحانی سرپرست
ڈاکٹر اقبال آرتانی

چیف ایڈیٹر ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

مینیجنگ ایڈیٹر شاہ نیل آرتانی

RS: 50/=

JANUARY 2017 VOL: 23 NO: 07

اس شمارے میں......

عنوان	صفحہ
فرمان الٰہی	3
اسلام میں صحت وصفائی کی اہمیت	4
دنیا آخرت کی کھیتی	7
ماہ ربیع الثانی ۱۴۳۸ھ کے خاص وظائف	8
اللہ پر توکل اور یقین	10
حضرت سلیمان علیہ السلام	11
صلہء رحمی کی اہمیت	12
جہیز اور اسلام	13
برج دلو کیا ہے؟	15
برج دلو کے خاص وظائف	16
برج دلو کا حرف 'س'	18
پیاری باتیں	19
بچے کا اعتماد کیسے حاصل کیا جاسکتا ہے؟	20
ریکی کائناتی توانائی کا ذریعہ	22
پتھروں کے اثرات "بلور"	24
کیا جادو ٹونے کا وجود ہے؟	26
جسمانی بیماری روحانی حل 'کمزور معدہ'	28
خواب نامہ	29
کامیابی اور کامرانی کے لئے خاص تعویذ	30
چہرہ آپ کے کردار کا آئینہ دار	33
خواب کیا ہیں؟	36
کثرت اموات کی وجوہات	37
تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد	38
یہ مہینہ کیسا رہے گا	41
موٹے لوگ کیا کھائیں اور دبلے لوگ کیا کھائیں	42
آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل	45
آپ کا باورچی خانہ آپ کا مطب 'فالسہ'	49
کامیابی کی جانب قدم بڑھائیے	51
ناقابل فراموش	54
اللہ تعالیٰ کا نام 'القہار'	56
روشنی کے پکوان	57
نانی اماں کے ٹوٹکے	58
قلندری ممبران کے لئے روحانی عمل	61
محفل دعا	63
روحانی کیفیات	66

اندرون ملک سالانہ خریداری =/600 روپے

بیرون ملک کے لئے

آپ کا تعلق دنیا کے کسی بھی ملک اور کسی بھی شہر سے ہو ماہنامہ ''روشنی'' آپ گھر بیٹھے حاصل کرسکتے ہیں۔
سالانہ خریداری =/40 امریکی ڈالر (رجسٹری ڈاک کے ذریعے) یا =/30 ڈالر (Ordinary ڈاک کے ذریعے)

پبلشر ایڈیٹر فہد آرتانی نے اوکھائی پریس، اردو بازار کراچی سے چھپوا کر روشنی سینٹر، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔74800 سے شائع کیا۔ فون نمبر: 34923488-34923667(21-92)

اکثر لوگ پوچھتے ہیں

گھر سے بیماری کیوں نہیں جاتی
ایک مسئلے سے نکلتے ہیں تو دوسرا مسئلہ سامنے کھڑا ہوتا ہے
کوئی نہ کوئی Problem چلتا ہی رہتا ہے
اللہ کی رحمت سے مایوس نہ ہوں اور

یا اللہُ

یا غفورُ یا کریمُ

ہر نماز کے بعد ایک تسبیح (۱۰۰) بار پڑھیں

دنیا آخرت کی کھیتی

یہ زندگی مہلت عمل ہے اور اس کا گزرتا ہوا ایک ایک لمحہ ہمارے لئے قیمتی ہے

دنیا کی زندگی آزمائش کا ایک وقفہ اور عمل کی ایک مہلت ہے زندگی موت کے بعد شروع ہوگی مرنے کے بعد سارے انسان خدا کے حضور پیش ہوں گے اپنے اعمال کا حساب دیں گے اور ہر ایک اپنے اعمال کے مطابق جنت کی لازوال نعمتیں پائے گا یا جہنم کی ہولناک سزا۔

اس عقیدہ کا منکر درحقیقت خدا کا منکر ہے اور اس کو نہ ماننے کے بعد رسول ﷺ و شریعت کو ماننے کا کوئی مفہوم نہیں رہ جاتا۔ اسی لئے قرآن نے اس عقیدے کو انتہائی اہمیت کے ساتھ بیان کیا ہے۔ اللہ تعالیٰ فرماتے ہیں۔

''اور جو لوگ آخرت کو نہیں مانتے وہ سیدھی راہ سے ہٹ کر چلنا چاہتے ہیں۔'' (مومنون ۷۴) خدا کے حضور پیشی کا تصور اور اس کی باز پرس کا خوف جس دل میں ہوگا وہی حق کی آواز پر کان دھرے گا اور وہی حق کو قبول کرے گا اور جن کے دل اس تصور سے خالی ہیں ان سے کوئی توقع ہی بے معنی ہے۔ سورۃ زلزال میں اللہ رب العزت نے پوری تفصیل کے ساتھ آخرت کا نقشہ کھینچا ہے کہ ''موت کے بعد دوسری زندگی کس طرح واقع ہوگی اور وہ کیسی حیران کن ہوگی۔'' پروردگار فرماتا ہے کہ ''جب زمین اپنی پوری شدت کے ساتھ ہلا ڈالی جائے گی اور زمین اپنے اندر کے سارے بوجھ نکال کر باہر ڈال دے گی اور انسان کہے گا کہ یہ اس کو کیا ہو رہا ہے؟ اس روز وہ حالات بیان کرے گی کیونکہ تیرے رب نے اسے حکم دیا ہوگا اس روز لوگ متفرق حالات میں پلٹیں گے تا کہ ان کے اعمال ان کو دکھائے جائیں پھر جس نے ذرہ برابر نیکی کی ہوگی وہ اس کو دیکھ لے گا اور جس نے ذرہ برابر بدی کی ہوگی وہ اس کو دیکھ لے گا۔'' زمین جس پر رہ کر انسان نے بے فکری کے ساتھ ہر طرح کے اعمال کئے ہیں اور جس کے متعلق کبھی اس کے وہم و گمان میں بھی یہ بات نہیں آئی یہ بے جان چیز کسی وقت اس کے افعال کی گواہی دے گی اور ایک جگہ اللہ تعالیٰ فرماتا ہے کہ ''اس دن زمین کے گوشے گوشے سے انسان گروہ در گروہ اپنے مرقدوں سے نکل نکل کر آئیں گے تا کہ ان کے اعمال ان کو دکھائے جائیں اور اعمال کی یہ پیشی اتنی مفصل ہوگی کہ کوئی ذرہ برابر نیکی یا بدی ایسی نہیں ہوگی جو رہ جائے۔''

قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ بار بار اپنے بندوں کو متوجہ کرتا ہے کہ دنیا عمل کی جگہ ہے یہ زندگی مہلت عمل ہے اور اس کا گزرتا ہوا ایک ایک لمحہ ہمارے لئے قیمتی ہے اس زندگی کی مثال تو کچھ ایسی ہے جیسے کسی طویل صحرا کے مسافروں کو ایک پیالہ پانی مل جائے اگر مسافر اس پانی کو بہت احتیاط سے استعمال کرتا ہے تو اس کا یہ سفر کامیابی سے طے ہو جائے گا اور اگر وہ اس پانی کو ضائع کر دیتا ہے تو نہ صرف صحرا کے اس سفر میں بھٹکتا رہے گا بلکہ منزل مقصود بھی حاصل نہیں کر سکے گا۔

ذرا رک کر ٹھہر کر سوچئے! ہم اس لمحہ بہ لمحہ گزرتی زندگی اور برف کی مانند پگھلتی زندگی میں کتنی تیزی سے آخرت کی پائیدار اور ابدی زندگی کی تیاری کر رہے ہیں یہ چھوٹی سی دنیوی زندگی تو اس لئے عطا کی گئی ہے کہ اس ''دائمی زندگی'' کے لئے سامان کر لیں ارشاد نبوی ﷺ ہے کہ ''دنیا آخرت کی کھیتی ہے۔'' بس جو کچھ کرنا ہے ابھی کر لیا جائے یہ دنیا بذات خود مقصود نہیں بلکہ مقصد کے حصول کا ذریعہ ہے۔ زندگی اور موت کے درمیان بہت مختصر فاصلہ ہے۔

حضرت براءؓ بیان کرتے ہیں کہ رسول خدا ﷺ کے ساتھ ہم ایک جنازے میں شریک تھے حضور ﷺ قبر کے کنارے بیٹھ گئے اور رونے لگے یہاں تک کہ آپ کے آنسوؤں سے مٹی گیلی ہوگئی۔ پھر آپ ﷺ نے فرمایا ''اے میرے بھائیو اسی کے لئے تیاری کرو۔'' اللہ رب العزت فرماتے ہیں ''مرنے کے بعد جب قیامت برپا ہوگی اور میدان حشر میں تمام انسانوں کو جمع کیا جائے گا اور میزان کھڑی کی جائے گی جس میں پورے انصاف سے اعمال تولے جائیں گے۔'' سورۃ القارعہ میں اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتا ہے ''پھر جس کی تول بھاری ہوگی وہ پسندیدہ عیش میں ہوگا اور جس کی تول ہلکی ہوگی اس کا ٹھکانا ''ہاویہ'' (جہنم) ہوگا اور تم کیا جانو ہاویہ کیا ہے۔ وہ بھڑکتی ہوئی آگ ہے۔''

آخرت میں جواب دہی کا احساس ہی دراصل وہ چیز ہے جو ہمارے ظاہر و باطن کے فرق کو مٹاتی ہے اور ہمیں یکسو کرتی ہے رضائے الٰہی کے حصول کے لئے اور ہمارے ایمان و عمل کے درمیان کے فاصلوں کو مٹاتی ہے جواب دہی کا احساس ہمارے کردار کی محافظت کرتا ہے شیطان و نفس کے فتنوں سے دنیا کی رنگینیوں سے ہمیں بچا کر صراط مستقیم پر چلنے میں مدد دیتا ہے اور ایک مومن کے کردار کا سب سے بڑا محافظ عقیدہ آخرت اور آخرت کی باز پرس ہے۔

(اشرف علی......ملتان)

ارشاد باری تعالیٰ ہے

جو شخص دنیا (کی آسودگی) کا خواہشمند ہو تو ہم اس میں سے جسے چاہتے ہیں اور جتنا چاہتے ہیں جلد دے دیتے ہیں پھر اس کے لئے جہنم کو (ٹھکانا) مقرر کر رکھا ہے جس میں وہ نفرین سُن کر اور (درگاہ خدا سے) راندہ ہو کر داخل ہوگا ○ اور جو شخص آخرت کا خواستگار ہو اور اس میں اتنی کوشش کرے جتنی اُسے لائق ہے اور وہ مومن بھی ہو تو ایسے لوگوں کی کوشش ٹھکانے لگتی ہے ○

سورۃ بنی اسرائیل آیت ۱۸ تا ۱۹

ماہ صفر المظفر ۱۴۳۸ھ کے خاص وظائف

طبیب جسمانی، ذہنی و روحانی
ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

کائنات کی ہر شے اللہ تعالیٰ کی موجودگی کا ثبوت دے رہی ہے۔ اللہ تعالیٰ کائنات میں ہر جگہ موجود ہے۔ اللہ تعالیٰ سے دعا مانگنے کے لئے کوئی وقت یا کوئی جگہ مقرر نہیں ہے۔ اللہ تعالیٰ ہر جگہ اور ہر وقت اپنے بندوں کی سنتا ہے۔ وہ علیم ہے۔ وہ خبیر ہے وہ سمیع ہے وہ بصیر ہے۔ اللہ کو ہر چیز کا علم ہے۔ اس کو سب کی خبر ہے وہی سب کچھ سنتا ہے اور وہی سب کچھ دیکھتا ہے۔ لیکن خداوند کریم نے بعض لمحات کو دوسروں پر فوقیت دی ہے۔ مثلاً جمعتہ المبارک کا دن دوسرے دنوں سے افضل ہے۔ رمضان المبارک کا مہینہ دوسرے مہینوں سے افضل ہے۔

پھر اللہ تعالیٰ نے اپنے خاص بندوں کے ذریعے سے انسان کو مختلف علوم سے آگاہ کیا۔ اس طرح مختلف حسابوں سے وظائف اور عملیات کا تعین کیا جاتا ہے کہ کس ماہ میں کون سا وظیفہ کس طرح پڑھا جائے لیکن ہر وظیفے اور ہر عمل کے لئے ایک ہی بات ذہن میں رکھنی چاہئے کہ ہر مدد صرف اللہ تعالیٰ کی طرف سے ہوتی ہے اور اللہ کے سوا کوئی اور مددگار نہیں۔

اگر آپ کسی مشکل میں ہیں اور اس مشکل کا کوئی حل آپ کو نظر نہیں آتا۔ اور آپ کو اللہ تعالیٰ پر پورا بھروسہ ہے تو آپ وظائف کے بارے میں فون نمبر: 34923488(021) پر بات کر کے مشورہ کر سکتے ہیں۔

ماہ صفر وہ مبارک مہینہ ہے جس میں بڑی بڑی بیماریوں اور پیچیدہ اور دیرینہ جسمانی کمزوریوں اور مسائل پر قابو پایا جاسکتا ہے۔ انسان کو دو طرح کی بیماریاں ہوتی ہیں ایک وہ بیماری ہوتی ہے جو کم عرصے کے لئے آتی ہے، اس بیماری کی علامات ظاہر ہوتے ہی اگر فوراً علاج کر دیا جائے تو کچھ عرصے کے بعد ہی اس بیماری کا خاتمہ ہو جاتا ہے۔ مثلاً نزلہ زکام کا فوری علاج کرنے سے سردی اور اس سے پیدا ہونے والی بیماریاں دور ہو جاتی ہیں یا کسی جگہ درد ہونے پر اس جگہ بام یا مالش کا تیل لگانے سے سکون مل جاتا ہے۔

بیماریوں کی دوسری قسم وہ ہوتی ہے جس کا علاج مشکل ہوتا ہے مثلاً ٹی بی یا کوئی اور پیچیدہ بیماری۔

علم کشف کی رو سے عارضی اور پیچیدہ دونوں بیماریوں سے ماہ صفر میں نجات حاصل ہوتی ہے۔ دعا کے ساتھ دوا بھی ضروری ہے۔ بیماریوں کے علاج اور اپنے مسائل کے حل کے لئے اللہ تعالیٰ کی رحمت اور مہربانیوں پر مکمل بھروسہ کیجئے اور مندرجہ ذیل وظائف ماہ صفر المظفر میں کیجئے۔

❁ بیماریوں سے نجات کے لئے ہر رات سونے سے پہلے (تین سو تینتیس) ۳۳۳ بار "اللہُ الواحدُ الحکیم" پڑھیں۔ جب دوا کھائیں یا جسم کے کسی حصے پر دوا لگائیں۔ تو پہلے (اکیاون) ۵۱ بار "اللہُ الواحدُ الحکیم" پڑھیں۔

❁ اگر بدن میں بھاری پن محسوس ہوتا ہو، کام کرنے کو جی نہ چاہتا ہو، بظاہر کوئی بیماری معلوم نہ ہوتی ہو، بدن گرم ہوتا ہو لیکن تھرمامیٹر میں بخار نہ ہو اور آپ کو عامل کہتے ہوں کہ یہ جناتی اثر ہے تو ہر نماز کے بعد (اکتالیس) ۴۱ بار "اللہُ الباعثُ الشکور" پڑھیں۔

❁ اگر گھبراہٹ ہوتی ہو، دل چاہتا ہو کہ گھر سے باہر بھاگ جائیں یا خود بخود بغیر وجہ کے رونے کو جی چاہتا ہو، کسی سے بات کرنے کو جی نہ چاہے تو ہر نماز کے بعد (ایک سو اکیس) ۱۲۱ بار "اللہُ الرزاقُ الرحیم" پڑھیں۔

❁ اگر بیماری کی وجہ سے نوکری پر جانے یا تجارت کی جگہ پر جانے میں دشواری

ہوتی ہو تو ظہر اور مغرب کی نماز کے بعد (سو) ۱۰۰ بار ''اللہُ الحقُ الوکیل'' پڑھیں۔

❁ اگر بیماری کی وجہ سے لڑکی کی شادی میں دیر ہو رہی ہو' لوگ آ کر لڑکی کو پسند کرتے ہوں لیکن لڑکی کو گھبراہٹ ہوتی ہو یا چہرہ بے رونق ہو جاتا ہو تو ماہ صفر میں ہر نماز کے بعد (دوسودو) ۲۰۲ بار ''اللہُ العلیُ الکبیر'' پڑھیں۔

❁ اگر بیماری کی وجہ سے لڑکی یا لڑکا شادی سے انکار کرتے ہوں تو ہر فجر اور عشاء کی نماز کے بعد (دوسوبارہ) ۲۱۲ بار ''اللہُ السمیعُ البصیر'' پڑھیں۔

❁ اگر بیوی میں کسی خاص بیماری کی وجہ سے اولاد نہ ہوتی ہو یا شوہر کو اولاد پیدا کرنے کا شوق نہ ہو بلکہ اولاد سے نفرت ہو تو ہر روز سونے سے پہلے (دوسو) ۲۰۰ بار ''اللہُ القدوسُ السلام'' پڑھیں۔

❁ اگر شوہر اپنی بیوی سے بے زاری کا اظہار کرتا ہو' کسی قصور کے بغیر اس پر ظلم کرتا ہو' گالیاں بکتا ہو بلکہ ہاتھ بھی اٹھاتا ہو تو بیوی ہر نماز کے بعد (اکیاون) ۵۱ بار ''اللہُ المالکُ المتین'' پڑھیں۔

❁ اگر بیوی اپنے شوہر سے نفرت کرتی ہو' اپنے ماں باپ یا دوستوں کے کہنے پر اپنے شوہر پر ظلم کرتی ہو' تیز آواز میں بات کر کے گھر میں شوہر کا جینا مشکل کرتی ہو تو ہر نماز کے بعد (اکتالیس) ۴۱ بار ''اللہُ القادرُ الواحد'' پڑھیں۔

❁ اگر داماد اپنے سسرال والوں کو تنگ کرتا ہو' اپنی بیوی کو مار پیٹ کر کے سسرال والوں کو بلیک میل کرتا ہو' اپنے ساس سسر کے گھر آ کر ان کی بے عزتی کرتا ہو تو ہر نماز کے بعد (ایک سو گیارہ) ۱۱۱ بار ''اللہُ الغفارُ الستار'' پڑھیں۔

❁ اگر بہو اپنی ساس اور نندوں پر ظلم کرتی ہو' اپنے سسرال کی بدنامی کرتی ہو' لوگوں سے اپنے سسرال والوں کے بارے میں جھوٹی سچی باتیں کرتی ہو تو ہر نماز کے بعد (ایک سو اکیاون) ۱۵۱ بار ''اللہُ الباعثُ الحق'' پڑھیں۔

❁ اگر خواب میں ڈر لگتا ہو' ایسا لگتا ہو کہ اوپر سے نیچے گر رہے ہیں یا ایسا لگتا ہو کہ کوئی شخص پیچھے بھاگ رہا ہے اور پھر ڈر کے مارے جھٹکے سے آنکھ کھل جاتی ہو تو فجر اور عصر کی نماز کے بعد (ایک سو پچاس) ۱۵۰ بار ''اللہُ العلیمُ النور'' پڑھیں۔

❁ اگر چھوٹے بچے کی طبیعت خراب ہو جاتی ہو' اسے جلدی نظر لگ جاتی ہو' ہر وقت روتا رہتا ہو' دودھ پینے سے انکار کرتا ہو تو ہر روز دودھ پلانے سے پہلے (ننانوے) ۹۹ بار ''اللہُ العزیزُ الرقیب'' پڑھیں۔

❁ اگر آپ بیمار ہوں اور ڈاکٹر کی سمجھ میں بیماری نہ آتی ہو' مسلسل علاج کروا کر اب مایوس ہو گئے ہوں تو اللہ پر بھروسہ کر کے ہر نماز کے بعد (تینتیس) ۳۳ بار ''اللہُ النورُ الحکیم'' پڑھیں۔

❁ اگر نفسیاتی بیماری ہو' احساس کمتری میں مبتلا ہوں' کوئی کام کرنے سے پہلے ڈر لگتا ہو کہ اس کام میں غلطی ہو جائے گی تو فجر اور عشاء کی نماز کے بعد (ایک سو ایک) ۱۰۱ بار ''اللہُ الواحدُ المالک'' پڑھیں۔

مندرجہ بالا وظائف ماہ ربیع الثانی ۱۴۳۸ھ کے لئے ہیں۔ اس سلسلے میں اگر کوئی مشورہ کرنا ہو تو آپ فون نمبر 34923667(021) پر مجھ سے رابطہ کر سکتے ہیں۔

یہ وظائف ماہ ربیع الثانی ۱۴۳۸ھ میں آخری تاریخ تک پڑھے جا سکتے ہیں

قارئین توجہ فرمائیں

ماہنامہ روشنی میں شامل صفحات میں خط لکھنے کے لئے لفافے پر مذکورہ صفحے کا نام ضرور لکھیں۔

مثلاً اگر آپ ،آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل، خواب نامہ، روحانی کیفیات، فیضان قلندری، آپ بھی پوچھئے یا محفل دعا میں خط لکھ رہے ہیں یا کوئی طبّی، مذہبی، اصلاحی، روحانی، معاشرتی یا معلوماتی مضمون ارسال کر رہے ہیں یا کوئی کہانی، اقوال، احادیث، حکایات، پکوان یا گھریلو ٹوٹکے روانہ کر رہے ہیں تو لفافے پر بھی مضمون کا نام لکھ دیں۔ تاکہ آپ کا خط بلا تاخیر اپنی منزل تک پہنچ جائے۔

ماہنامہ روشنی، CA-27، چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ کراچی۔ 74800 فون نمبر: 34923667

اللہ پر توکل و یقین

مومن کی شان یہی ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ پر مکمل یقین اور توکل رکھتا ہے

یقین اس کیفیت کو کہتے ہیں جس میں ذرہ برابر شک و شبہ اور وہم و گمان نہ ہو جبکہ توکل کے معنی بھروسے اور اعتماد کے ہیں۔ جس بندۂ مومن کو اللہ تعالیٰ پر مکمل یقین اور توکل کی دولت نصیب ہو جائے تو گویا اسے سب کچھ مل گیا۔

حضرت ابراہیم علیہ السلام جنہیں ابوالانبیاء اور امام الانبیاء کہا گیا اور جن کے بیٹوں یعنی حضرت اسماعیل علیہ السلام اور حضرت اسحٰق علیہ السلام کی نسل میں اللہ تعالیٰ نے بہت سے انبیاء پیدا کئے اور جنہیں اللہ تعالیٰ نے خلیل اللہ (یعنی اللہ کا دوست) کا لقب عطا کیا' ان کے اللہ تعالیٰ پر یقین اور توکل کا جو حال تھا' اس کے لئے ذیل میں ایک قصہ پیش کیا جا رہا ہے۔

حضرت ابن عباسؓ سے روایت ہے کہ جب حضرت ابراہیم علیہ السلام کو آگ میں ڈالا جا رہا تھا تو ان کے آخری الفاظ یہ تھے۔ حسبنا اللہ ونعم الوکیل۔ (ترجمہ) ''میرے لئے اللہ ہی کافی ہے اور وہ سب سے اچھا کارساز ہے۔''

قرآن پاک میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔

(ترجمہ) ''جب آپ پکا ارادہ کر لیں تو اللہ تعالیٰ پر توکل اور اعتماد رکھیں۔'' (سورۂ آل عمران) ایک اور جگہ ارشاد ہے ''جو اللہ تعالیٰ پر بھروسہ رکھے' اللہ تعالیٰ اس کے لئے کافی اور بس ہے۔'' (سورۂ طلاق) جو لوگ اللہ تعالیٰ پر مکمل یقین اور توکل رکھتے ہیں اور دنیاوی اسباب پر تکیہ نہیں کرتے یعنی تمام اسباب تو ضرور کرتے ہیں لیکن نتیجہ صرف اللہ کے سپرد کر دیتے ہیں تو اللہ تعالیٰ انہیں اپنی رحمت سے کبھی مایوس نہیں کرتا۔

ارشاد باری تعالیٰ ہے ''اللہ تعالیٰ توکل کرنے والوں کو دوست رکھتا ہے۔'' یعنی اللہ تعالیٰ ہی پر مکمل توکل اور بھروسہ کرنے والے لوگ اللہ تعالیٰ کو محبوب ہیں اور اس کے پسندیدہ ہیں' تو جو اللہ تعالیٰ کا دوست اور محبوب ہؤا سے کون نقصان پہنچا سکتا ہے قرآن پاک میں ارشاد باری تعالیٰ ہے۔ ''مومنوں کی یہ شان ہے کہ جب ان کے سامنے اللہ تعالیٰ کا ذکر ہوتا ہے تو ان کے دل لرز جاتے ہیں اور جب اللہ کی آیات ان کے ایمان میں بالیدگی پیدا کر دیتی ہے اور وہ اپنے رب پر توکل کرتے ہیں۔'' (سورۂ الانفال) یعنی مومن کی شان یہی ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ پر مکمل یقین اور توکل رکھتا ہے۔

> جو لوگ اللہ تعالیٰ پر مکمل یقین اور توکل رکھتے ہیں اور دنیاوی اسباب پر تکیہ نہیں کرتے یعنی تمام اسباب تو ضرور کرتے ہیں لیکن نتیجہ صرف اللہ کے سپرد کر دیتے ہیں تو اللہ تعالیٰ انہیں اپنی رحمت سے کبھی مایوس نہیں کرتا

حضرت عمر فاروقؓ سے روایت ہے کہ رسول کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا ''اگر تم اللہ تعالیٰ پر ایسا توکل اور بھروسہ کرو جیسا کہ اس کا حق ہے تو وہ تم کو اسی طرح رزق عطا فرمائے گا جیسے پرندوں کو کرتا ہے۔'' یعنی صبح سویرے پرندے بھوکے نکلتے ہیں اور شام کو بھرے پوٹے اپنے گھونسلوں کو لوٹتے ہیں۔

حضرت انس بن مالکؓ سے روایت ہے کہ رسول اقدس ﷺ نے ارشاد فرمایا ''جو شخص گھر سے باہر جاتے وقت یہ کلمات کہے (ترجمہ) ''اللہ تعالیٰ پر مکمل اعتماد اور توکل کر کے اسی کے نام کے ساتھ میں گھر سے نکلتا ہوں' طاقت اور قوت اللہ ہی کی ہے' تو ایسے شخص سے کہا جاتا ہے کہ تو ہدایت پائے' تو باوسیلہ اور محفوظ ہے اور ایسے شخص سے شیطان دور کر دیا جاتا ہے۔

اللہ تعالیٰ نے حضرت داؤد علیہ السلام پر وحی کی کہ ''اے داؤد! میرا جو بندہ مجھ پر توکل کرتا ہے تو میں اس کی ہر ایک مصیبت میں کام آتا ہوں۔'' بے شک! رسول کریم ﷺ نے ہمیشہ اللہ تعالیٰ پر ایسا ہی توکل اور بھروسہ کیا جیسا کہ اس کا حق تھا۔ توریت اور دیگر کتب آسمانی میں آپ ﷺ کو متوکل کے نام سے یاد کیا گیا ہے۔ آج کل بعض حضرات توکل کا بالکل غلط مطلب لیتے ہیں یعنی اگر بیمار پڑ جائیں تو علاج نہیں کرواتے' یہ بالکل غلط طرز عمل ہے۔

توکل کا یہ مطلب بالکل نہیں ہے کہ ہاتھ پہ ہاتھ رکھ کر بیٹھا جائے اور اللہ پر توکل کیا جائے بلکہ توکل کا مطلب یہ ہے کہ پہلے تمام اسباب اختیار کئے جائیں۔ یعنی یہ یقین رکھا جائے کہ دنیا کا کوئی کام صرف اسباب سے نہیں ہوگا بلکہ اللہ تعالیٰ کے حکم اور مرضی سے ہوگا۔ اللہ تعالیٰ ہمیں صحیح معنوں میں اپنی ذات پر یقین اور توکل کی توفیق عطا فرمائے۔ (آمین)

(عرفانہ ظہیر......اسلام آباد)

باتیں اللہ والوں کی

حضرت سلیمان علیہ السلام

حضرت سلیمان علیہ السلام کا تعلق بنی اسرائیل سے تھا' آپ خدا کے پیغمبر حضرت داؤد علیہ السلام کے بیٹے تھے' اپنے والد کے انتقال کے بعد حضرت سلیمان علیہ السلام مسند حکومت پر بیٹھے۔ حضرت سلیمان علیہ السلام شاہی تاج سر پر رکھ کر جب تخت پر پاؤں رکھتے تھے تو ان کی ہیبت سے تخت اس وقت حرکت میں آ جاتا تھا اور طوطی و طاؤس بھی خدا کے حکم سے اپنے اپنے پَر پھیلا دیتے تھے اور پھر اس سے بُوئے مشک وغیرہ نکلتی تھی۔

حضرت سلیمان علیہ السلام ہر جانور کی بولی کو اچھی طرح سمجھتے تھے جب وہ تاجِ شاہی سر پر رکھتے تھے تو تمام پرندے ہوا کے تخت کے اُوپر معلق ہو کر ان کے سر پر سایہ کرتے تھے۔

حضرت سلیمان علیہ السلام کے پاس ایک ایسی انگوٹھی تھی، جس پر اسم اعظم کندہ تھا۔ جس کی تاثیر یہ تھی کہ انسان و حیوان' چرند پرند' جن و پری ان کے پاس کھنچے چلے آتے تھے۔ ایک وقت ایسا آیا کہ ان کی سلطنت بہت بڑھ گئی۔

ایک روز حسب معمول حضرت سلیمان علیہ السلام قضائے حاجت کے لئے باہر گئے اور اپنی انگوٹھی ایک لونڈی کے حوالے کر گئے' اس دوران دیوؤں کے ملک کا بادشاہ حمودلیس کسی طرح وہاں آ گیا اور لونڈی سے انگوٹھی حاصل کر کے تختِ سلیمانی پر جا بیٹھا۔ اسی انگوٹھی کے باعث سارا کاروبار چل رہا تھا۔ چنانچہ حضرت سلیمان علیہ السلام سے سب کچھ چھن گیا اور وہ انگوٹھی کے دوبارہ حصول کے لئے جنگل کی طرف نکل گئے۔

ایک روز حضرت سلیمان علیہ السلام بہت بھوکے پیاسے تھے اور ایک بنی اسرائیل کے دروازے پر پہنچے۔ دستک دی تو گھر سے ایک خاتون کی آواز آئی۔ کون ہے؟ حضرت سلیمان علیہ السلام نے جواب دیا۔'' میں ہوں۔ جس کی دعوت کرنا لازمی ہے۔'' خاتون نے کہا: میرا شوہر گھر سے باہر ہے اس کی عدم موجودگی میں غیر محرم کی دعوت نہیں کر سکتی۔ البتہ میرے باغ میں چلے جاؤ جب میرا شوہر آئے گا تو تیری مراد پوری کر دی جائے گی۔ چنانچہ حضرت سلیمان علیہ السلام اس خاتون کے باغ میں چلے گئے اور پانی پی کر ایک جگہ سو گئے۔ باغ میں کہیں سے ایک ناگ نکلا اور ان کے قریب آ کر پہرہ دینے لگا۔ جب اس خاتون کا شوہر باغ میں آیا تو وہ اس منظر کو دیکھ کر پریشان ہو گیا۔ اس نے بیوی سے دریافت کیا: یہ شخص کون ہے؟ اور یہاں کیوں سو رہا ہے؟ یہ مسافر ہے اور آپ کے انتظار میں ٹھہرا ہے۔ بیوی نے جواب دیا۔ حضرت سلیمان علیہ السلام سو کر اٹھے تو ناگ وہاں سے ہٹ گیا۔ خاتون کا شوہر حضرت سلیمان علیہ السلام سے بہت متاثر ہوا اور انہیں اپنی بیٹی کا رشتہ دینے کی پیشکش کی۔ حضرت سلیمان علیہ السلام نے اس شخص کی پیشکش کو قبول کر لیا اور تین روز قیام کرنے کے بعد وہاں سے کہیں اور روانہ ہو گئے۔

ادھر حمودلیس جو ایک جن تھا اس کی حرکتوں سے لوگوں کو شک گزرا کہ یہ حضرت سلیمان علیہ السلام تو نہیں۔ کیونکہ حمودلیس حضرت سلیمان علیہ السلام کی شکل اختیار کر کے تخت پر بیٹھا تھا۔ لوگوں نے اپنا شک دور کرنے کے لئے ایک تدبیر سوچی۔ چنانچہ انہوں نے مصنوعی سلیمان یعنی حمودلیس کو توریت پڑھ کر سنانے کے لئے۔ حمودلیس توریت نہ پڑھ سکا۔ جس پر لوگوں نے توریت پڑھنا شروع کر دی۔ شیطان کب کلام الٰہی سُن کر ٹھہر سکتا ہے۔ حمودلیس وہاں سے فوراً غائب ہو گیا اور انگوٹھی کو دریا میں پھینک دیا۔ جسے ایک مچھلی نے نگل لیا۔

ایک روز حضرت سلیمان علیہ السلام نے دریا کے کنارے چند لوگوں کو مچھلیاں پکڑتے دیکھا۔ چنانچہ آپ بھی ایک شخص کے ساتھ مل کر مچھلیاں پکڑنے لگے۔ اتفاق سے وہی مچھلی ان کے جال میں آ گئی جس نے انگوٹھی نگلی تھی۔ حضرت سلیمان علیہ السلام نے وہی مچھلی پکانے کے لئے اس شخص سے خرید لی۔ ان کو قطعاً معلوم نہ تھا کہ ان کی انگوٹھی اس مچھلی نے نگلی ہے۔ گھر آ کر حضرت سلیمان علیہ السلام نے مچھلی اپنی بیوی کو دی اور کہا کہ اسے آج شام پکا لینا۔ جب ان کی بیوی نے مچھلی کا شکم چاک کیا تو اس سے انگوٹھی نکل آئی۔ جسے حضرت سلیمان علیہ السلام نے فوراً پہچان لیا اور انگلی میں پہن لیا۔ جس کے بعد ان سے چھنا ہوا تخت انہیں واپس مل گیا۔ حضرت سلیمان علیہ السلام نے اسے اللہ تعالیٰ کی ایک آزمائش سمجھا جس میں وہ پورے اُترے۔ جب حضرت سلیمان علیہ السلام کی وفات کا وقت قریب آیا تو انہوں نے اللہ تعالیٰ سے عرض کیا۔ یا اللہ! اس وقت بیت المقدس کی تعمیر مکمل نہیں ہوئی۔ میرے انتقال کو جنات سے پوشیدہ رکھا جائے تا کہ بیت المقدس کی تعمیر مکمل ہو سکے۔ آپ کی دعا قبول ہو گئی۔ چنانچہ اس معبد میں جو جنات نے شیشہ کے محل میں حضرت سلیمان علیہ السلام کے لئے تیار کیا تھا اور یہیں اکثر وہ عبادت الٰہی میں مصروف رہتے۔ حضرت سلیمان علیہ السلام تشریف لے گئے اور اپنے عصا کے سہارے پر کھڑے ہو گئے اور اس دوران ان کے جسد خاکی سے روح پرواز کر گئی۔ چونکہ ان کا رعب و دبدبہ بہت تھا اور اکثر عبادتِ الٰہی میں مصروف رہتے اس لئے جنات آپ کو زندہ تصور کر کے کام کرتے رہے۔

ایک عرصہ دراز تک ان کا جسم لکڑی کے سہارے کھڑا رہا۔ جب دیمک نے عصا کو کھا لیا تو عصا ٹوٹنے کے باعث حضرت سلیمان علیہ السلام کا جسم زمین پر گر پڑا۔ اسی وقت جنات کو معلوم ہو گیا کہ آپ کا انتقال ہو چکا ہے۔ چنانچہ وہ پہاڑوں میں بھاگ گئے۔ ہوا حکم خدا سے تختِ سلیمانی کو اڑا کر لے گئی۔ اس وقت تک بیت المقدس کی تعمیر مکمل ہو چکی تھی۔

(نازیہ اقبال......کراچی)

صِلۂ رحمی کی اہمیت

> حضور اکرم ﷺ نے سب سے بڑھ کر جس اخلاقی صفت کو اپنی امت میں فروغ دینے کی کوشش فرمائی وہ صفت "رحم" ہے

صِلۂ رحمی ایک ایسی اخلاقی صفت ہے جو اللہ تعالیٰ کو بہت زیادہ پسند ہے، جب کہ قطع رحمی اللہ کو سخت ناپسند ہے۔ حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: "قطع رحمی کرنے والا جنت میں داخل نہیں ہوگا۔" صِلۂ رحمی دراصل یہ ہے کہ جو آپ سے رشتہ توڑے، آپ اس سے رشتہ جوڑ دیں۔ فرمانِ نبوی ﷺ ہے: "جو شخص ان رشتوں کو توڑنے والا ہے، وہ اللہ کے نزدیک سخت ناپسندیدہ ہے۔" ایک اور حدیث میں حضورِ اکرم ﷺ نے فرمایا: "صِلۂ رحمی کرنے والا وہ ہے جب کہ اس سے رشتہ داری کا سلسلہ منقطع کیا جائے اور وہ اس رشتے داری کو قائم رکھے۔" صِلۂ رحمی اور حسنِ سلوک کے سب سے زیادہ حق دار والدین ہیں۔ جیسا کہ حدیث سے یہ بات واضح ہوتی ہے کہ کسی نے رسول اکرم ﷺ سے سوال کیا کہ میرے والدین میں سب سے زیادہ میرے حسنِ سلوک کا مستحق کون ہے؟ فرمایا: "تیری ماں۔" پوچھا، پھر کون؟ فرمایا: "تیری ماں۔" انہوں نے پھر پوچھا، پھر کون؟ فرمایا: "تیرا باپ۔" یعنی اس دنیا میں ہمارے حسن سلوک کی سب سے زیادہ حق دار ہماری ماں ہے، حضور ﷺ نے جب جہاد کا اعلان کیا تو ایک صحابیؓ آئے اور عرض کیا کہ میں بھی جہاد پر جانا چاہتا ہوں لیکن میری ماں بہت بیمار ہیں، حضور ﷺ نے فرمایا: "جاؤ جا کر ان کی خدمت کرو اور جہاد کا درجہ پاؤ۔" حضور اکرم ﷺ نے فرمایا: "جو شخص رحم نہیں کرتا، اس پر بھی رحم نہیں کیا جاتا۔"

ایک اور موقع پر حضور اکرم ﷺ نے سب سے بڑھ کر جس اخلاقی صفت کو اپنی امت میں فروغ دینے کی کوشش فرمائی، وہ یہی صفت "رحم" ہے۔ آپ ﷺ نے فرمایا: "رحم کرنے والوں پر رحمٰن رحم کرتا ہے، تم زمین والوں پر رحم کرو، آسمان والا تم پر رحم کرے گا۔" حدیثِ نبوی ﷺ ہے: "جس کو یہ پسند ہو کہ اُس کے رزق میں وسعت ہو اور عمر میں برکت ہو، اسے صِلۂ رحمی کرنی چاہئے۔" ایک دفعہ ایک اعرابی نے رسول اکرم ﷺ سے عرض کیا کہ مجھے ایسی چیز بتائیں، جو مجھے جنت سے قریب تر اور دوزخ سے دُور لے جائے، آپ ﷺ نے فرمایا: "اللہ کی عبادت کرو اور کسی کو اس کا شریک نہ بناؤ، نماز ادا کرو اور زکوٰۃ اور صِلۂ رحمی کیا کرو۔"

رسول اللہ ﷺ کا ایک عظیم معجزہ

حضرت جابرؓ سے روایت ہے، وہ بیان کرتے ہیں کہ ایک موقع پر میں نے محسوس کیا کہ رسول اللہ ﷺ کھانے کی طلب ہے تو خدمتِ اقدس میں حاضر ہو کر عرض کیا، اے اللہ کے رسول ﷺ مجھے گھر جانے کی اجازت دے دیجئے۔ رسول اللہ ﷺ نے انہیں اجازت دے دی۔ اجازت حاصل کر کے وہ اپنی بیوی کے پاس آئے۔ بیوی سے کہا، میں نے رسول اللہ ﷺ کو اس حال میں دیکھا ہے کہ میں صبر نہیں کر سکتا۔ تمہارے پاس (کھانے کے لئے) کچھ ہے؟ بیوی نے کہا، گھر میں کچھ جَو اور ایک بکری کا بچہ ہے۔ یہ کہہ کر انہوں نے تھیلی میں سے جَو نکالے، انہیں پیسنا شروع کیا۔

حضرت جابرؓ نے بکری کے بچے کو ذبح کیا، گوشت کو پتیلی میں ڈال کر چولہے پر رکھ دیا۔ بیوی آٹا گوندھنے لگیں۔ حضرت جابرؓ رسول اللہ ﷺ کو بُلانے کے لئے روانہ ہوئے۔ وہ رسول اللہ ﷺ کے پاس پہنچے اور چپکے سے کہا، اے اللہ کے رسول ﷺ میرے پاس کچھ کھانا ہے، آپ ﷺ تشریف لے چلئے۔

رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کتنا کھانا ہے؟ حضرت جابرؓ نے کھانے کی مقدار بتائی۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا یہ تو بہت ہے اور بڑا پاکیزہ ہے۔ جاؤ اپنی بیوی سے کہو کہ میرے آنے سے پہلے پتیلی نہ اُتاریں۔ نہ روٹی پکائیں (اگر تندور میں روٹیاں لگا دی ہوں تو) انہیں تندور سے نہ نکالیں۔ یہ فرما کر رسول اللہ ﷺ نے بُلند آواز سے فرمایا، "اے خندق والو! جابرؓ نے کھانا پکایا ہے لہٰذا جلدی چلو۔"

آپ ﷺ کے فرماتے ہی مہاجرینؓ اور انصارؓ سب چلنے کے لئے تیار ہو گئے۔ حضرت جابرؓ فوراً اپنی بیوی کے پاس پہنچے اور کہنے لگے۔ رسول اللہ ﷺ تمام مہاجرینؓ اور انصارؓ کے ساتھ تشریف لا رہے ہیں۔ بیوی نے کہا، تم سے رسول اللہ ﷺ نے پوچھا تھا (کہ کھانا کس قدر ہے) حضرت جابرؓ نے کہا ہاں۔ اتنے میں رسول اللہ ﷺ حضرت جابرؓ کے ہاں پہنچ گئے۔ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا کہ تم نے وہ کام جس کے متعلق میں نے کہا تھا، کر لیا۔ حضرت جابرؓ کی بیوی نے کہا، ہاں۔ پھر رسول اللہ ﷺ نے آٹے میں اور برتن میں اپنا لعابِ دہن ڈالا اور برکت کی دُعا کی۔

پھر حضرت جابرؓ کی بیوی سے فرمایا کہ ایک روٹی پکانے والی کو بُلاؤ، جو تمہارے ساتھ روٹی پکائے اور تم پتیلی میں سے سالن بھی نکالتی جانا۔ یہ کہہ کر رسول اللہ ﷺ نے لوگوں سے فرمایا، اندر چلے آؤ اور ایک دوسرے کے ساتھ مزاحمت نہ کرو۔ رسول اللہ ﷺ نے انہیں کھانا کھلانا شروع کیا۔ آپ ﷺ روٹی توڑتے اور گوشت اس پر رکھ کر لوگوں کو کھانے کے لئے دے دیتے۔

آپ ﷺ خود بھی پتیلی میں سے سالن اور تندور سے روٹی نکالتے تھے۔ نکالنے کے بعد فوراً پتیلی اور تندور کو ڈھانک دیتے۔ اس طرح آپ ﷺ روٹی، سالن لوگوں کے سامنے رکھتے، یہاں تک کہ سب کا پیٹ بھر گیا۔ پتیلی میں اب بھی سالن موجود تھا۔ روٹیاں پک رہی تھیں لیکن وہ کم نہ ہوا تھا، ایک ہزار آدمی کھا چکے تھے لیکن کھانا ابھی باقی تھا۔ رسول اللہ ﷺ نے حضرت جابرؓ کی بیوی سے فرمایا، تم بھی کھاؤ اور تحفۃً اوروں کے ہاں بھی بھیجو، کیوں کہ سب ہی بھوکے ہیں۔ (صحیح بخاری) (عبدالراشد......لاہور)

مسلمانوں میں بھی وقت کے ساتھ ساتھ دوسری اقوام کی دیکھا دیکھی فضول رسومات کا عام رواج پڑ گیا اور شادی کی رسم میں کثیر رقوم کا رواج پڑ گیا

جہیز کا وجود اسلام میں موجود ہے لیکن اس کا تعلق نکاح سے منسلک کرنا حماقت ہے۔ اگر انسان صاحب حیثیت دولت مند ہے تو وہ اپنی بیٹی کو ضروری اشیاء جہیز کی شکل میں دے سکتا ہے۔ اگر استطاعت نہیں رکھتا تو بغیر جہیز نکاح میں کوئی خرابی پیدا نہیں ہوسکتی۔

اس ضمن میں یہ بات کہی جاسکتی ہے کہ ہندوؤں کی صحبت نے مسلمانوں کو بہت متاثر کیا حالانکہ ہندوؤں کی حالت مسلمانوں سے بالکل مختلف تھی ان کے ہاں لڑکی کو والدین کی طرف سے ترکہ یا (میراث) سے کچھ جہیز ملتا تھا اس لئے ہندوؤں نے اس رسم کو بیٹی سے ازراہ محبت (کنیادان) کے طور پر دینا شروع کیا لڑکی کو رخصت کے وقت جتنا ہوسکے دے دینے کی رسم قائم کرلی لیکن وقت گزرتا گیا اور آگے چل کر ان کے یہاں یہی رسم مصیبت بن گئی اور ہندو امیر وغریب (کنیادان) پر مجبور ہوگیا۔ اس رسم کا اثر مسلمانوں پر بھی پڑا کیونکہ مسلمانوں اور ہندوؤں کا اس وقت اٹھنا بیٹھنا ساتھ تھا۔ ہندوؤں سے مراسم بھی تھے ان وجوہات کی بناء پر مسلمانوں نے بھی اس رسم کو جہیز کی شکل میں اپنالیا اور اس رسم سے انہوں نے بھی بیٹی کو زیادہ دینا شروع کردیا۔

دنیا کی مختلف اقوام میں لڑکی کی میراث اور اس کا بوجھ والدین پر بھاری پڑتا تھا اسلئے بنگال میں سینکڑوں لڑکیاں صرف جہیز نا ہونے کی وجہ سے کنواری رہ جاتی تھیں۔ بعض اپنی زندگی اسی طرح گزار کر بوڑھی ہوجاتی تھیں اور بعض خودکشی پر آمادہ ہوجاتی تھیں۔ بنگال میں اس قسم کے واقعات رونما ہوتے رہتے تھے۔ اس کے برعکس مسلمانوں میں لڑکی جہیز کے علاوہ وراثت میں، میں لڑکے کی طرح برابر کا حق رکھتی تھی اور شوہر کی طرف سے حق مہر کی بھی مستحق سمجھی جاتی تھی۔ باوجود اس کے مسلمانوں میں بھی وقت کے ساتھ ساتھ دوسری اقوام کی دیکھا دیکھی فضول رسومات کا عام رواج پڑ گیا اور شادی کی رسم میں کثیر رقوم کا رواج پڑ گیا اور شادی کی رسم میں دل کھول کر خرچ کرنے لگے۔ یہاں تک کہ جن لوگوں کو دو وقت کی روٹی بھی میسر نہیں تھی ان کے یہاں بھی بیٹی کی شادی کو مسئلہ بنالیا گیا اور شادی کے وقت سے لڑکی کو بوجھ سمجھا جانے لگا۔

والدین برادری میں دکھانے کے لئے قرض اور گھر کا تمام اثاثہ فروخت کرکے بیٹی کو رخصت عزت سے کرتے۔ جب ان تمام رسومات نے زور پکڑا تو امیر وغریب سب ہی اس کی لپیٹ میں آگئے۔ ان تمام رسومات کو امیر طبقہ نے شروع کیا اور جب تک امیر طبقہ صاحب ثروت حضرات اس رسم کو ختم نہیں کریں گے یہ رسومات ختم نہیں ہوسکتیں۔ ایک اندازہ کے مطابق 95 فیصد مسلمان قرض لیکر اس رسومات کو ادا کرتے ہیں۔ جہیز حیثیت کے مطابق دینا برا نہیں، نام ونمود کی خاطر ایسا کرنا جائز نہیں۔

اکثر کتابوں میں رسول اکرم ﷺ کے لئے تحریر ہے کہ انہوں نے اپنی بیٹی خاتون جنت سیدہ فاطمۃ الزہرہؓ کو جہیز میں ایک معمولی قمیض جسکی قیمت سات درہم تھی، سیاہ کمبل، مقنع (چادر)، ایک چکی، کھجور کا بنا ہوا بستر، ایک مشک، دو آب خورے مٹی کے، زمین پر بچھانے کے لئے چمڑے کا ایک فرش، ایک لوٹا، ایک لگن تھا۔ جناب سیدہ کی شادی اس سادگی سے ہوئی لیکن وقار وعظمت کی عظیم مثال نظر آتی ہے اور مسلمانوں کیلئے ہدایت ہے سادگی کا عملی نمونہ ہے۔

اس طرح اسلام جہیز میں سادگی بتاتا ہے اور جس طرح رسول اکرم ﷺ نے حضرت علیؓ کو جب ہر طرح سے دیکھ لیا کہ وہ ان کی بیٹی کا بوجھ اٹھا سکتے ہیں اس وقت رخصت کیا۔ رسول اکرم ﷺ نے کچھ انتظامات خود کئے اور کچھ حضرت علیؓ سے کروائے اس طرح اسلام میں یہ بھی نہیں دیکھا جاتا ہے کہ لڑکا کس قدر مالی اعتبار سے مستحکم ہے کہ وہ لڑکی کو خوش رکھ سکتا ہے اور اسکا بوجھ برداشت کرسکتا ہے۔ والدین لڑکی کی شادی پر کتنی رقم خرچ کرکے رخصت کرتے ہیں اگر وہی رقم لڑکی کو مکان اور زمین وجائیداد کی شکل میں دے دیں تو وہ اس کے بُرے وقت میں بھی کام آسکتی ہے۔ محض چند کپڑوں کے جوڑے اور زیور لڑکی کی تمام زندگی کی ضمانت سمجھنا حماقت ہے۔

برات کی رسم

برات کی رسم درحقیقت ہندو رسم ہے اس سے مسلمانوں کا کوئی تعلق نہیں ہے۔ ہندوؤں میں عموماً دور دور شادیوں کا رواج تھا۔ اس زمانہ میں نقل وحمل کی اتنی آسانیاں میسر نہیں تھیں، راستے خطرناک تھے۔ ڈاکوؤں کا خطرہ تھا اس لئے قدیم زمانہ میں دولہا کے ساتھ ایک بڑی جماعت کا ہونا ضروری تھا تاکہ دولہا دلہن بحفاظت جہیز و سامان اپنی منزل تک خیریت سے پہنچ جائیں اور یہی مجبوری آگے چل کر ان کے یہاں رسم بن گئی۔ بعد میں ان کے اثرات ہندوستان کے مسلمانوں پر بھی پڑے جب مسلمان ہندوستان میں داخل ہوئے تو پٹھانوں کی حکومت تک ان میں شادی کے وقت سادگی تھی لیکن مغلیہ دور حکومتیں مسلمانوں میں ہندو رسومات کا طوفان اُمڈ آیا کیونکہ ہندو امراء و رؤسا فرماں رواؤں سے تعلقات کی بنا پر مسلمانوں کو بھی یہی رسومات اسی انداز سے ادا کرنی پڑیں۔

بعض ہندو خواتین مسلم راجاؤں کے خاندانوں میں بیاہ کر آئیں تو اپنے ساتھ ہندو رسومات لیکر داخل ہوئیں انہوں نے ان رسومات کو مسلم راجاؤں کے خاندانوں میں بڑی شان سے ادا کیا کیونکہ دولت کی فراوانی تھی اس لئے مغلیہ دور میں ان رسومات نے ایک قومی حیثیت حاصل کرلی اور اب ہندو مسلم دونوں خاندانوں میں شادی کے وقت تقریباً ایک جیسی رسومات ادا ہونے لگی ہیں۔

(عائشہ ناصر......ساہیوال)

J920101

بلند مقام اور ترقی کیسے حاصل کریں؟

اگر آپ گھر، آفس، کاروبار یا تعلیم میں بلند مقام اور بے شمار عروج اوو ترقی چاہتے ہیں تو ہر نماز کے بعد اکتالیس (41) بار

یااللہُ یامعزُ یاعزیزُ

پڑھیں اور اللہ رب العزت سے دعا کریں کہ ہو آپ کی عزت اور مقام میں لازوال اضافہ فرمائے

جسمانی و روحانی معالج

ڈاکٹر محمّد فہد اقبال آرتانی

ماہنامہ روشنی کراچی

Facebook.com/RoshniCentre

Roshnicentre.blogspot.com

Issuu.com/roshnicentre

AQUARIUS

☆۲۰ جنوری اور۱۹فروری

☆حرف = ث، خ، س، ش، ص، غ، گ

☆علامت = مشکیزہ

☆عنصر = ہوا

☆سیارہ = یورینس

☆مزاج = راسخ

☆خوش قسمتی کا ہندسہ = 4

☆موافق رنگ = بنفشی، آسمانی نیلا

☆موافق پتھر = عنبر، نیلم

☆مثبت خصوصیات = تخیل پسندی، انفرادیت، ضبط وتحمل، ایجادات، ذہانت

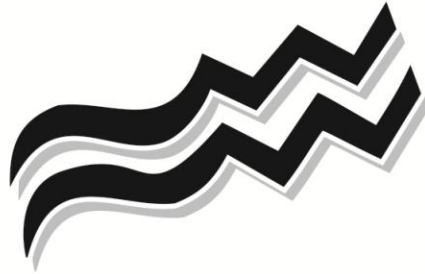
☆منفی خصوصیات = غائب دماغی اور عدم تعاون

☆دلو کے بہترین ساتھی = ''جوزا اور میزان'' افراد ہوتے ہیں

☆دوسرے درجے پر بہترین ساتھی = قوس، جدی، حوت اور حمل افراد ہوتے ہیں

دلو مرد: دلو افراد مصلح قسم کے ہوتے ہیں وہ اپنے تعلقات میں معیار کی بجائے مقدار کو ترجیح دیتے ہیں ان کا تعلق عوام کے ساتھ گہرا ہوتا ہے اور دوسروں کی خاطر اپنی ذات کی پروا بھی نہیں کرتے وہ لوگوں کو ایک دوسرے کے ساتھ شیر وشکر ہونے میں اہم کردار ادا کرتے ہیں یہ افراد قدرے مغرور لیکن بے حد حساس ہوتے ہیں ان میں شفقت کا مادہ بھی ہوتا ہے، یہ اس طرح کام کرتے ہیں گویا کہ وہ کائنات کا محور ہوں، ساتھ ہی یہ قدرے بزدل ہوتے ہیں لیکن اگر کوئی حقیقی خطرہ درپیش ہو تو بڑی بہادری کا مظاہرہ کرتے ہیں ان پر اگر کوئی معمولی سی نکتہ چینی بھی کی جائے یا ان کی بات کو سمجھنے کی کوشش نہ کی جائے تو ان کے جذبات مجروح ہو جاتے ہیں اگر ان کی تعریف اور حوصلہ افزائی کی جائے تو یہ ہی ممنون ہوتے ہیں کوئی ان سے کتنا ہی قریب کیوں نہ ہو یہ اپنے معاملات میں مداخلت برداشت نہیں کرتے۔ دلو افراد بخوبی جانتے ہیں کہ زندگی گزارنے کا فن کیا ہے، یہ اپنی وجدانی آنکھ کی بدولت ہلکے سے اشارے بھی پڑھ لیتے ہیں۔ دلو افراد کسی کام میں براہ راست شامل نہیں ہوتے وہ بالواسطہ کام کر کے زیادہ تسکین محسوس کرتے ہیں اسی طرح وہ لوگوں کے سر پر اپنی ذہانت و فطانت کا ہتھوڑا مارنے کی بجائے ان کے اذہان میں اپنی مشاورت کا بیج بوتے ہیں اور اپنا مقصد حاصل کر لیتے ہیں۔ اپنے عقائد کی اہمیت وافادیت کا اظہار کرتے ہیں اور لوگوں کے لئے زندگی میں مقصد پیدا کرنے کی کوشش کرتے ہیں، اکثر ان کا لائف اسٹائل متوسط ہوتا ہے لیکن ان کی شخصیت کا ایک جزو ہمیشہ اصلاحات کے لئے مستعد رہتا ہے، دلو افراد روایتی باتوں کے خلاف ہوتے ہیں وہ بیک وقت گرم وسرد ہوتے ہیں دلو افراد کا موڈ، ذوق اور عادات پل پل بدلتی رہتی ہیں، دلو افراد کی ایک غیر معمولی اور نمایاں عادت یہ ہے کہ وہ غیر مادہ پرست ہوتے ہیں وہ ملکیت کا حق نہیں جتاتے یہ اپنے ہی نظریات کے مطابق زندگی گزارنا پسند کرتے ہیں ان کے تعلقات اس صورت میں خوشگوار ہو سکتے ہیں جب ان کے نظریات کا احترام کیا جائے وہ نمود ونمائش کی بجائے اچھی کارکردگی دکھانا پسند کرتے ہیں۔ دلو افراد بہت جلد تغیر پذیر ہوتے ہیں ان کے دماغ کے سمندر میں مدوجزر برپا ہوتے رہتے ہیں، دلو افراد فیصلہ کرنے سے پہلے کشمکش میں مبتلا ہو سکتے ہیں لیکن ایک بار وہ اپنا ذہن تیار کر لیں تو وہ صاحب الرائے اور فیصلہ کن شخصیت کے طور پر اُبھر کر سامنے آتے ہیں وہ اپنے دلائل کو بڑی ہوشیاری سے استعمال کرتے ہیں ان کا دماغ تیزی اور مستعدی سے کام کرتا ہے اور انہیں الجھن کا شکار ہونے سے بچاتا ہے، دلو مرد دوسروں کے لئے ایک چیلنج کی حیثیت رکھتے ہیں، یہ پرکشش لیکن بے چین قسم کے لوگ ہوتے ہیں دوسرے مردوں کے مقابلے میں دلو مردوں کی ازدواجی زندگی میں ناکامی کے واقعات زیادہ ہوتے ہیں اس کی وجہ غالباً ان مردوں کی پیچیدہ شخصیت ہے۔

دلو عورت: دلو عورتیں نہ صرف اپنی بلکہ دوسرے لوگوں کی زندگی کو بھی ہنگامہ خیز بنا دیتی ہیں یہ اپنے پسندیدہ لوگوں کی زندگی میں گہما گہمی اور دلچسپیوں کا ایسا رنگ بھر دیتی ہیں جس سے زندگی ایک دلچسپ مہم بن جاتی ہے اچھی تعلیم ان کا قیمتی سرمایہ ہوتا ہے، وہ خود کو تبدیل کرنے میں کافی دقت محسوس کرتی ہیں دلو عورت ایک ذمہ دار اور مثالی ماں، بیوی اور دوست ہوتی ہے بچے ان سے بڑی لگاؤ رکھتے ہیں۔ دلو عورتیں بدترین وقت میں بہترین دوست ثابت ہوتی ہے۔ دلو خواتین ادھیڑ عمر میں آمرانہ رویہ اختیار کر لیتی ہیں یہ رضاکارانہ طور پر دوسروں کی مدد کرتی ہیں ان لوگوں کی زندگی کے ابتدائی حصے میں مشکلات پیش آ سکتی ہیں آدھی عمر گزر جانے کے بعد ان کے حالات سدھرنے لگتے ہیں۔ ان لوگوں کی زندگی میں باری باری تیز رفتاری اور انتہائی سست رفتاری کے دور آتے رہتے ہیں انہیں چاہئے کہ تیز رفتاری کے دور میں یہ اپنے مقصد کے حصول کے لئے زیادہ سے زیادہ کام کریں ان لوگوں کو چاہئے کہ یہ دنیا کے بارے میں اپنی دلچسپی اور تجسس کو قائم رکھیں اس طرح یہ خوشگوار زندگی گزار سکتے ہیں۔

یہ وظائف خاص طور پر برج دلو سے تعلق رکھنے والوں کے لئے ہیں

دلو افراد کے لئے
خاص وظائف

ان صفحات پر موجودہ برج کے حساب سے علم نجوم اور علم کشف کی روشنی میں وظائف تجویز کئے جاتے ہیں۔ ۲۰ جنوری تا ۱۹ فروری کے درمیان پیدا ہونے والوں کا برج دلو AQUARIUS ہے۔ اگر آپ کی تاریخ پیدائش بھی اس برج یعنی دلو (AQUARIUS) میں ہے تو آپ بھی اپنے مسائل کے حل کے لئے درج ذیل وظائف کرسکتے ہیں۔ یہ وظائف جنوری ۲۰۱۷ء سے شروع کرکے ۹۰ دن تک مسلسل پڑھیں۔ خواتین ناغے کے دنوں کا شمار بعد میں کرلیں۔ ان وظائف سے پہلے اور آخر میں گیارہ بار درود شریف پڑھیں اور اس بات پر پوری طرح یقین رکھیں کہ آپ کے مسائل صرف اور صرف اللہ تعالیٰ ہی حل کرسکتا ہے۔

یہ وظائف فجر اور عشاء کی نماز کے بعد ۲۵ بار پڑھیں

رزق میں کشادگی کے لئے

- اگر آپ لوہے کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الرشیدُ الصبور پڑھیں
- اگر آپ پلاسٹک کا کام کرتے ہیں تو اللہُ القائمُ الکریم پڑھیں
- اگر آپ کپڑے کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الغفارُ الستار پڑھیں
- اگر آپ ملازمت پیشہ ہیں تو اللہُ الرشیدُ المجید پڑھیں
- اگر آپ سونے یا چاندی کا کاروبار کرتے ہیں تو اللہُ الھادیُ الحمید پڑھیں
- اگر آپ کا کاروبار الیکٹرونک کے سامان کا ہے تو اللہُ الواحدُ الوکیل پڑھیں
- اگر آپ ہول سیل میں ڈیل کرتے ہیں تو اللہُ الباسطُ الجامع پڑھیں
- اگر آپ ریٹیل کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الودودُ الواحد پڑھیں
- اگر آپ صحافت کے پیشے سے منسلک ہیں تو اللہُ الوارثُ الوکیل پڑھیں
- اگر آپ گاڑیوں کا کام کرتے ہیں تو اللہُ المالکُ المتین پڑھیں
- اگر آپ کمپیوٹر کے شعبے سے منسلک ہیں تو اللہُ الرحمٰنُ الکریم پڑھیں
- اگر آپ کی اپنی ذاتی دکان ہے تو اس میں برکت کے لئے اللہُ التوابُ الرحیم پڑھیں
- اگر آپ ڈاکٹر ہیں تو اللہُ السلامُ المومن پڑھیں
- اگر آپ امپورٹ ایکسپورٹ کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الغنیُ المغنی پڑھیں
- اگر آپ ٹیچر ہیں تو اللہُ الاوّلُ الآخر پڑھیں
- اگر آپ فرنیچر کا کام کرتے ہیں تو اللہُ الغفورُ الشکور پڑھیں
- اگر آپ کا کاروبار اشیاء خورد ونوش کی فروخت کا ہے تو اللہُ الواحدُ المجید پڑھیں
- اگر انتھک محنت کے باوجود رزق میں تنگی ہو تو اللہُ القدوسُ السلام پڑھیں

گھریلو مسائل

- اگر گھر میں جھگڑے رہتے ہیں تو اللہُ الجامع ُ الجلیل پڑھیں
- اگر گھر میں بے برکتی ہو تو اللہُ الرافع ُ النافع پڑھیں
- اگر گھر میں چوری کا خطرہ ہو تو اللہُ العدلُ الکریم پڑھیں
- اگر سنبھالی ہوئی چیزیں غائب ہوجاتی ہوں تو اللہُ الحکیمُ الخبیر پڑھیں
- اگر میاں بیوی کے درمیان اختلافات ہوں تو اللہُ العلیُ الکبیر پڑھیں
- اگر میاں بیوی پر شک کرے تو بیوی اللہُ العظیمُ الشکور پڑھے
- اگر بیوی میاں پر شک کرے تو اللہُ العلیُ الولی پڑھے
- بہن بھائیوں میں جھگڑے رہتے ہوں تو اللہُ الباعثُ الشہید پڑھیں
- بہو اور ساس کے جھگڑے ہوں تو اللہُ الحسیبُ الجلیل پڑھیں
- اگر بھابی اور نندیں آپس میں جھگڑتے ہوں تو اللہ العزیزُ الجبار پڑھیں
- اگر رشتہ داروں سے ذاتی اختلافات ہوں تو اللہُ القائمُ الکریم پڑھیں
- اگر رشتہ داروں سے خاندانی اختلافات ہوں تو اللہُ الوارثُ الوکیل پڑھیں
- اگر بھائیوں میں اختلاف رہتا ہو تو اللہُ المالکُ الملک پڑھیں
- اگر بہنوں میں اختلاف رہتا ہو تو اللہُ الخالقُ المالک پڑھیں
- اگر گھر کے بیٹے قابو سے باہر ہوجائیں تو اللہُ الھادیُ المتین پڑھیں
- گھر کی بہو گھر اور گھر والوں کو نقصان پہنچا رہی ہو تو اللہُ الحکیمُ الرقیب ڑھیں
- اگر آپ خوبصورت ہیں اور شوہر کو آپ میں کشش محسوس نہ ہوتی ہو تو اللہُ النورُ الجامع پڑھیں
- اگر آپ کی بہنیں آپ سے حسد کرتی ہوں تو اللہُ الواحدُ النور پڑھیں

❁ اگر بیٹی کی شادی میں رکاوٹ ہو تو اللہُ العزیزُ العظیم پڑھیں
❁ اگر بیٹے کی شادی میں رکاوٹ ہو تو اللہُ المتینُ المالک پڑھیں
❁ اگر آپ محسوس کریں کہ یہ سب جادو کا اثر ہے تو اللہُ الواسع ُ الجلیل پڑھیں

اولاد کے مسائل

❁ اگر شادی کو کافی عرصہ گزر چکا ہو اور اولاد نہ ہوتی ہو تو اللہُ الخالقُ الظاہر پڑھیں
❁ اگر اولاد ہوتی ہو اور بعد میں اللہ کو پیاری ہو جاتی ہو تو اللہُ الصمدُ الصبور پڑھیں
❁ اگر اولاد ابنارمل پیدا ہو تو اللہُ النورُ المصوّر پڑھیں
❁ اگر بچے معذور پیدا ہوتے ہوں تو اللہُ الواسع ُ الجلیل پڑھیں
❁ اگر ڈاکٹر یہ کہتے ہوں کہ باپ میں جراثیم کی کمی ہے تو اللہُ الممیتُ المانع پڑھیں
❁ اگر عورت میں کوئی خرابی ہو تو اللہُ النافع ُ النور پڑھیں
❁ اگر مسلسل علاج کے باوجود فائدہ نہ ہوتا ہو تو میاں بیوی دونوں اللہُ الواجدُ الماجد پڑھیں
❁ اگر ماں باپ کو اولاد نرینہ کی خواہش ہو تو اللہُ الرحمٰنُ الرحیم پڑھیں
❁ اگر ماں باپ کو لڑکی کی خواہش ہو تو اللہُ المجیبُ الرقیب پڑھیں

جسمانی مسائل

❁ اگر آپ کے سر میں مستقل درد ہوتا ہو تو اللہُ القدوسُ السلام پڑھیں
❁ اگر سر کے آدھے حصے میں (دردِ شقیقہ) ہوتا ہو تو اللہُ السلامُ المؤمن پڑھیں
❁ اگر آپ کی یادداشت کمزور ہے تو اللہُ المعزُ العزیز پڑھیں
❁ اگر آپ کے بال گرتے ہوں تو (عورتوں کے لئے) اللہُ العزیزُ الجبار پڑھیں
❁ اگر آپ کے سر میں خشکی ہو تو اللہُ الکریمُ النور پڑھیں
❁ اگر آنکھوں میں جلن رہتی ہو تو اللہُ الرحمٰنُ الرقیب پڑھیں
❁ اگر آپ کی بینائی کمزور ہو تو اللہُ النورُ الباطن پڑھیں
❁ اگر آپ امراضِ قلب میں مبتلا ہوں تو اللہُ العلیمُ الحکیم پڑھیں
❁ اگر آپ کے پورے جسم میں درد رہتا ہو تو اللہُ القادرُ الکبیر پڑھیں
❁ اگر آپ کے جوڑ پٹھوں میں درد رہتا ہو تو اللہُ الرشیدُ المجید پڑھیں
❁ اگر آپ سانس کی تکلیف میں مبتلا ہیں تو اللہُ الحکیمُ الشکور پڑھیں
❁ اگر ہاتھوں میں لرزش ہو تو اللہُ السمیع ُ النافع پڑھیں
❁ اگر جسم کا کوئی حصہ مستقل سن ہو گیا ہے تو اللہُ النافع النور پڑھیں
❁ اگر چہرے پر بے رونقی ہو تو اللہُ الحسیبُ العزیز پڑھیں
❁ اگر آپ خوبصورت ہوں مگر کچھ عرصے پہلے چہرے پر چھائیوں نے ڈیرہ ڈال دیا ہو تو اللہُ التوابُ الرحیم پڑھیں
❁ اگر نزلہ زکام یا کان ناک اور گلے کی بیماریاں ہوں تو اللہُ الہادیُ الحکیم پڑھیں

برج (ستاروں) کے حساب سے خاص وظائف کیا ہوتے ہیں؟

ہر انسان کی پیدائش اس کی تخلیق اس کا دنیا میں آنا ایک خاص وقت سے منسلک ہے۔ علم نجوم کے حساب سے کسی انسان کی پیدائش کی تاریخ اور وقت ایک خاص برج سے تعلق رکھتا ہے۔ اور اس برج سے مخصوص رنگ، عدد، پتھر، جڑی بوٹی، پھول، دن وغیرہ۔ اس برج میں پیدا ہوئے انسان کے لئے بہت فائدہ مند ثابت ہوتے ہیں۔

علم نجوم اور علم روحانیات کے ماہرین کی تحقیق کے مطابق برجوں (Stars) کا اثر انسان کی روحانیت پر بھی ہوتا ہے اور برجوں کے مطابق روحانی عمل یا وظیفہ زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔ ادارہ ''روشنی'' نے مختلف برجوں کے حساب سے مختلف وظائف تشکیل دیئے ہیں۔ جو موجودہ برجوں (یعنی جو برج چل رہا ہو) میں پیدا ہونے والے افراد کے لئے بہت مفید ہیں۔

ذیل میں برج دلو کے لئے وظائف شائع کئے جارہے ہیں جو کہ برج دلو میں پیدا ہونے والے افراد کے لئے مخصوص ہیں اور مختلف مسائل کے حل کے لئے پڑھے جاسکتے ہیں۔

نفسیاتی مسائل

❁ اگر نیند نہ آتی ہو تو اللہُ النورُ الرحیم پڑھیں
❁ اگر چھوٹی چھوٹی باتوں پر دل گھبرا جاتا ہو تو اللہُ العظیمُ الغفور پڑھیں
❁ اگر آپ میں خود اعتمادی کی کمی ہو تو اللہُ اللطیفُ الخبیر پڑھیں
❁ اگر آپ میں قوت فیصلہ کی کمی ہو تو اللہُ النورُ الجامع پڑھیں
❁ اگر ذہن میں گھر والوں کے خلاف خیالات آتے ہوں تو اللہُ الباسط ُ النور پڑھیں
❁ بلاوجہ گھبراہٹ اور انجانے خوف کے لئے اللہُ الرافع ُ الواسع پڑھیں

روحانی مسائل

❁ آپ سے لوگ حسد کرتے ہوں اور ترقی کی راہ میں رکاوٹ ڈالتے ہوں تو اللہُ الحسیبُ المقیت پڑھیں
❁ اگر عبادت میں دل نہ لگتا ہو تو اللہُ العلیمُ العظیم پڑھیں
❁ اگر ارد گرد کسی انجانی طاقت کے ہونے کا احساس ہو تو اللہُ الستارُ الوہاب پڑھیں
❁ اپنی روحانی طاقتوں کو بیدار کرنے کے لئے اللہُ الخالقُ الوکیل پڑھیں
❁ جادو ٹونے کے وہم سے بچنے کے لئے اللہُ الجبارُ العزیز پڑھیں
❁ کسی کو اپنے بس میں کرنے کے لئے اللہُ القدوسُ السلام پڑھیں

س

برج دلو کے زیر اثر
پیدا ہونے والوں کا حرف

ستارہ: مریخ موافق رنگ: بنفشی، سبز، ہلکا نیلا موافق پتھر: ایمے تھسٹ، نیلم، پلک موافق دھات: یورینیم، پلاٹینیم عددی قیمت: 60

نام	اعداد	معانی
ساحر	269	عقل مند، جادوگر، سحر پھونکنے والا۔
ساجد	68	سجدہ کرنے والا اللہ کے حضور سر بہ سجود ہونے والا۔
سارہ	266	حضرت ابراہیمؑ کی زوجہ کا نام سائرہ کا مخفف۔
سادات	466	حضرت علیؓ اور حضرت فاطمہؓ کی اولاد، سردار، سید۔
سارنگ	331	سارنگی، ایک راگ، قوس قزح، بادل، مور۔
سائرہ	266	سیر کرنے والی، پھرنے والی، گھومنے پھرنے والی۔
سبیتا	473	اطمینان، اچھا موسم، اچھا وقت۔
سحر	268	نور کا تڑکا، صبح۔
ستارہ	666	قسمت، اختر، تارا، نجم، کوکب۔
ستار	661	پردہ پوشی کرنے والا، عیب چھپانے والا۔
سچل	93	درست، ٹھیک، اصلی، خالص۔
سجیل	103	خوبصورت، عمدہ، آراستہ۔
سبزواری	286	ایرانی شہر سبزوار سے تعلق رکھنے والا۔

نام	اعداد	معانی
سبیکہ	97	امام زین العابدینؒ کی والدہ شہر بانو کا لقب۔
سحاب	71	ابر، بادل۔
ساویز	84	اچھی عادت والا، خوش خلق، خوش اخلاق۔
سعد	134	نیک بخت، مبارک۔
سدرہ	269	جنت کا ایک درخت، بیری کا درخت۔
سرفراز	548	سربلند، معزز، عالی مرتبہ، بلند۔
ساجدہ	73	ساجد کی تانیث، سجدہ کرنے والی۔
سعود	140	مبارک ہونا، نیک ہونا۔
سمن	150	ایک پھول کا نام، چنبیلی کا پھول۔
سیماب	113	بے قرار، مضطرب، پارہ۔
سعید	144	نیک بخت، مبارک۔
سماح	109	جواں مردی، سخاوت۔
سیما	111	پیشانی، علامت، نشانی، ماتھا۔

پیاری باتیں

☆وقت خام مصالحے کی مانند ہے اس سے جو چاہو بنالو(امام غزالیؒ)
☆استقلال دولت کی کنجی اور کفایت شعاری اس کا تالا ہے۔(فردوسی)
☆اپنے آپ کو بہتر سمجھ لینا جہالت ہے بلکہ ہر شخص کو اپنے سے بہتر سمجھنا چاہئے۔(امام غزالیؒ)
☆لالچی لوگ ہمیشہ قناعت اور اطمینان قلب کی دولت سے محروم رہتے ہیں۔(مولانا رومؒ)
☆دنیا میں وہی لوگ سر بلند رہتے ہیں جو تکبر کے تاج کو دُور پھینک دیتے ہیں۔(شیخ سعدیؒ)
☆اپنی ضرورتیں کم کرو گے تو راحت پاؤ گے(امام شافعیؒ)
☆یتیم وہ نہیں جو والدین کے سائے سے محروم ہو گیا ہو، یتیم وہ ہے جو اخلاق سے محروم ہو۔(حضرت علیؓ)
☆ظالم کی موت پر ملول ہونا ظلم میں شامل ہے۔(امام غزالیؒ)
☆جو شخص جلد باز ہوگا ہمیشہ پریشان رہے گا۔(بزرجمہر)
☆تیرے سب سے بڑے دشمن تیرے برے دوست ہیں۔(حضرت غوث الاعظمؒ)
☆ایک آدمی میں بے شمار عیب ہوتے ہیں مگر ایک خوبی ایسی ہے کہ اگر وہ کسی آدمی میں ہو تو اس کے تمام عیب چھپ جاتے ہیں اور وہ خوبی ہے "زبان پر قابو"(جعفر برمکی)
☆لوہے کا کلہاڑا لکڑی کے جنگل سے ایک چھلکا تک نہیں اتار سکتا جب تک اس کے ساتھ خود لکڑی کا دستہ شامل نہ ہو۔(لقمان)
☆تم جو بات دشمن سے چھپا کر رکھتے ہو اسے دوست سے بھی پوشیدہ رکھو ممکن ہے وہ کبھی تمہارا دشمن ہو جائے۔(لقمان)
☆علم ایک ایسا پھول ہے جو جتنا زیادہ کھلتا ہے اتنی ہی زیادہ خوشبو دیتا ہے۔(امام شافعیؒ)
تین چیزیں انسان کو تباہ کر دیتی ہیں، حرص، حسد اور غم۔(امام غزالیؒ)
☆بڑے گھروں میں عموماً چھوٹے اور چھوٹے گھروں میں بڑے لوگ رہتے ہیں۔(رازیؒ)
☆جس قوم میں غدار پیدا ہونے لگیں اس قوم کے مضبوط قلعے بھی مٹی کے گھروندے ثابت ہوتے ہیں۔(ٹیپو سلطان)

☆جو شخص بُروں کی صحبت میں بیٹھتا ہے اس پر تہمت ضرور لگائی جاتی ہے چاہے وہ ان کی سیرت اختیار کرے یا نہ کرے۔(شیخ سعدیؒ)
☆اچھی کتاب سیدھا راستہ دکھاتی ہے۔(محمود غزنوی)
☆خُدا اور رسول ﷺ کی محبت فقر و فاقہ سے ملی جلی ہوتی ہے۔(حضرت غوث اعظمؒ)
☆بچوں کی اصلاح مکتب میں اور عورت کی گھر میں ہے۔(امام غزالیؒ)
☆محض اندازے اور قیاس پر کوئی بات مت کہو۔ ایسا کرنے سے انسان غلط فہمی، نفرت اور جھوٹ پھیلانے کا باعث بنتا ہے۔(بابا فریدالدین گنج شکرؒ)
☆میں آپ کو مصروف عمل ہونے کی تاکید کرتا ہوں، کام، کام اور کام۔(قائداعظمؒ)
☆جب لوگوں سے بات کرو تو زبان کی حفاظت کرو۔(لقمان)
☆سچے شخص کی علامت یہ ہے کہ لوگوں کے ساتھ میل جول رکھے لیکن دل میں اکیلا ہو۔ صرف اللہ تعالیٰ اس کے ساتھ ہو۔(حضرت ابوبکر واسطیؒ)
☆حصول علم کے لئے دلجمعی درکار ہے۔(حضرت امام ابوحنیفہؒ)
☆تین چیزوں سے دوستی باعث نقصان ہے نفس، زندگی اور مال۔(حضرت ابوتراب بخشی)
☆نیکی اسی کے نصیب میں آئی جس نے اپنی خواہشات کو چھوڑا، اور محروم وہی ہے جس نے دنیا کے مقابلے میں آخرت سے منہ موڑا۔(ابن جوزیؒ)
☆سعادت مند وہ ہے جو اپنے نفس کی نگرانی کرے۔(حضرت ادریسؑ)
☆اپنی ضرورتوں اور خواہشوں کو کم رکھو گے تو راحت پاؤ گے۔(حضرت اویس قرنیؓ)
☆جو جھوٹ بولتا ہے وہ سب سے پہلے اپنے آپ کو نقصان پہنچاتا ہے۔(حضرت خواجہ حسن بصریؒ)
☆مسلسل عبادت سے مقام کشف و مشاہدہ ملتا ہے۔(حضرت علی ہجویریؒ)
☆وہ عقلمند ہے جو کم بولے اور زیادہ سُنے۔(حضرت داؤدؑ)
☆مصلحت آمیز جھوٹ فتنہ انگیز سچائی سے بہتر ہے۔(مولانا جلال الدین رومیؒ)
☆اتفاق میں اس قدر برکت ہے کہ اگر چڑیاں متحد ہو جائیں تو شیر کی کھال کھینچ سکتی ہیں۔(شیخ سعدیؒ)
☆غصے کو میٹھے بول رفع کر دیتے ہیں۔(حضرت سلیمانؑ)

(آمنہ فیاض......لاہور)

بچے کا اعتماد کیسے حاصل کیا جا سکتا ہے؟

اعتماد کرنا ایک ایسا اہم سبق ہے جسے بچوں کو ضرور سیکھنا چاہئے ۔ اعتماد ''کچھ لو اور کچھ دو'' کی بنیاد پر ہونا چاہئے جس سے باہمی شراکت بڑھتی ہے یہ ایسی قوت ہے جو بچوں کو آئندہ زندگی میں پورے اعتماد سے مقابلے کے لئے تیار کرتی ہے۔ والدین اور بچوں کے درمیان اعتماد ایک خاندان کو قریب لانے میں ایک اہم عنصر ہے۔ اعتماد ابتدائی برسوں میں شروع ہوجاتا ہے۔ اس کی بنیاد باہمی احترام' مصالحت اور والدین کی اس قابلیت پر کہ وہ بچوں کے نقطہ نگاہ سے دیکھ سکیں۔ والدین اعتماد کے بارے میں شاید اس وقت تک نہیں سوچتے جب تک وہ ٹوٹ نہیں جاتا جیسے اکثر دیکھا گیا ہے۔ مثلاً بچہ جب جھوٹ بولتا ہے ایسے کام کرتا ہے جن کی والدین کو خبر تک نہیں ہوتی۔ چھپ کر سگریٹ نوشی کرنا وغیرہ وغیرہ۔ اکثر والدین کو جیسے جیسے بچے بڑے ہونے لگتے ہیں ان سے رابطے میں مشکلات پیش آتی ہیں اور وہ خود ان بچوں کے طرز عمل کے بارے میں خود کو بے بس محسوس کرنے لگتے ہیں۔

بد قسمتی سے جو چیز والدین کو بچوں سے رابطے میں رکاوٹ بنتی ہے وہ یہ ہے کہ وہ اپنے بچوں کے احساسات کو سمجھ نہیں پاتے۔ جب ایسا ہوتا ہے تو والدین کا رد عمل تنقیدی ہوجاتا ہے جس سے ان کا بچہ یہ محسوس کرتا ہے کہ وہ اس پر طنز یا تنقید کر رہے ہیں۔ بچے اپنے والدین میں اپنی شناخت کو دیکھتے ہیں اور جو کچھ وہ ان کے بارے میں کہتے ہیں اس پر یقین کرتے ہیں۔ اگر والدین ان پر ضرورت سے زیادہ نکتہ چینی کرتے ہیں تو بچے اسے اپنی توہین سمجھتے ہیں اور والدین پر سے ان کا اعتماد اٹھ جاتا ہے جبکہ اعتماد کے بغیر قربت اور باہمی ربط ممکن نہیں ہوتا۔ بعض بچوں کو تو اتنا بھی موقع نہیں ملتا ہے کہ وہ چھوٹی سے چھوٹی خواہشات کو اپنی مرضی کے مطابق کر سکیں جیسے کیا کپڑے پہنیں کیا کھائیں یا وہ اپنا وقت کیسے گزاریں۔ بعض بچوں کو کھلی چھٹی دی جاتی ہے اور نتیجتاً وہ خود غرض بن جاتے ہیں اور ایسے رویے کا مظاہرہ کرتے ہیں کہ'' میں جو چاہتا ہوں کرتا ہوں۔'' دونوں ہی رویے بچے کے لئے کسی بھی کام کو ذمہ داری سے کرنے میں رکاوٹ بنتے ہیں۔

جب بچہ بلوغت کو پہنچتا ہے تو غیر ذمہ دارانہ فیصلے' حد سے زیادہ آزادی اور اندیشے بہت نقصان دہ ثابت ہوسکتے ہیں۔ بچوں میں اپنی مرضی سے کوئی چیز پسند کرنے یا نہ کرنے کی صلاحیت ہونی چاہئے وہ اپنی غلطیوں سے ہی سیکھیں گے۔ والدین اپنے نوعمر بچوں سے یہ توقع رکھتے ہیں کہ وہ ذمہ داری اور پختگی سے پیش آئیں۔

اگر نوعمر لڑکا یا لڑکی کسی مشکل میں گرفتار ہوتے ہیں تو والدین کو چاہئے کہ انہیں اس تجربے سے گزرنے دیں کہ انہوں نے غلط فیصلہ کیا' ان کا انتخاب غلط تھا۔ انہوں نے غلطی کی' بجائے اس کے کہ انہیں یہ کہا جائے کہ ''تم نے ہمارے اعتماد کو دھوکہ دیا اور اب تم کبھی بھی پارٹی میں یا گھومنے پھرنے نہیں جاؤ گی۔'' اگر آپ چاہتے ہیں کہ آپ کے بچے ایک خود مختار بالغ کی طرح تیار ہوں تو ضروری ہے کہ آپ اپنے بچوں کے جذبات کو سمجھیں۔ یہی اچھے تعلقات کی بنیاد ہے' جہاں بچے اپنے والدین پر بھروسہ کرتے ہیں۔ انہیں معلوم ہے کہ ان کے والدین تنقید یا لیکچر سے ان کے احساسات کو زک نہیں پہنچائیں گے۔ بہت سے والدین نے اپنے بڑے بچوں سے برتاؤ کے بارے میں سوالات اٹھائے ہیں۔ ایک ماں نے خط میں لکھا ہے کہ نوعمر لڑکے لڑکیاں اپنے والدین کے علم کے بغیر اور ان کی اجازت کے بغیر آپس میں ملتے ہیں دوستیاں کرتے ہیں اور پھر شادی کرنے کی حامی بھی بھر لیتے ہیں۔ بچے اس قسم کے اقدام کے نتائج سے ناواقف ہوتے ہیں۔ ایسے معاملات میں وہ جھوٹ بھی بہت بولتے ہیں اور ان کی پڑھائی پر بھی اس کا اثر پڑتا ہے۔ یہی چیز والدین کے لئے ٹینشن کا باعث بنتی ہے چند گھنٹوں کیلئے بھی اگر ان کے نوخیز بچے گھر پر اکیلے ہوتے ہیں تو وہ پریشان ہوجاتے ہیں۔ والدین کو چاہئے کہ بچپن ہی سے بچوں پر یہ واضح کریں کہ دوستوں کے متعلق جھوٹ بولنا' سگریٹ نوشی' نشہ آور ادویہ لینا اور اسی طرح کے اور اقدام کے کیا نتائج ہوسکتے ہیں۔ یہ واقعی افسوس کا مقام ہے کہ ایک 18 سالہ بچے پر آپ اعتماد نہیں کرتے اور گھر پر تنہا چھوڑنا نہیں چاہتے۔

مگر صرف بچے کے طرز عمل پر تنقید کرنے کے بجائے والدین کو بھی چاہئے کہ اپنی روح اور ضمیر کو ٹٹولیں تاکہ انہیں یہ معلوم ہو کہ کہاں ان سے غلطی ہوئی ہے۔ جب بچے جھوٹ بولتے ہیں یا ایسے لوگوں سے تعلقات قائم کرتے ہیں جنہیں شاید ان کے ماں باپ پسند نہ کریں۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ بچوں سے ان کے تعلقات یا رابطے میں کہیں نہ کہیں ٹوٹ پھوٹ ہوئی ہے جن اقدار کی اہمیت کو اوائل عمر ہی سے اجاگر کرنا چاہئے وہ بچوں میں صحیح طور پر سرائیت نہیں کی گئیں۔ بسا اوقات جب نوعمر بچے اپنی زندگیوں میں زیادہ حقوق کا مطالبہ کرتے ہیں تو یہ چیز ان

اعتماد
کے بغیر قربت اور باہمی ربط ممکن نہیں

کے والدین سے اختلاف کا باعث بنتی ہے۔ وہ اس رویہ کو اپنی اتھارٹی کے لئے چیلنج سمجھتے ہیں۔ اگر والدین گفت و شنید سیکھ جائیں، بہت زیادہ ذمہ داریوں کے بدلے میں ان کی درخواست کو مان جائیں تو اس سے بہتر پُراعتماد تعلقات کی ابتداء ہوسکتی ہے۔ دیانت داری اور گفتگو والدین اور بچوں کے تعلقات میں اہم جز ہے۔ والدین بچوں سے کھل کر باتیں کریں اور انہیں سمجھائیں کہ ہمارے خدشات کیا ہیں۔ ایسے میں بچے خوش ہوں گے کہ ان کے والدین نے ان پر بھروسہ کیا۔ کبھی کبھی والدین یہ محسوس کرتے ہیں کہ ان کے نوعمر بچے ابھی ناسمجھ ہیں، نادان ہیں اور اپنے دوستوں کو کبھی انکار نہیں کریں گے۔ والدین کے لئے یہ بات بہت اہم ہے کہ وہ بچوں پر گفت و شنید کرتے رہیں۔ اس لئے کہ کم عمر بچے ہر روز ہی ایک نئی فرمائش والدین سے کرتے ہیں۔ چونکہ نوعمر بچے زیادہ آزادی کا مطالبہ کرتے ہیں اس لئے والدین کو یہ محسوس کرنا چاہئے کہ محض انہیں ''نہیں'' کہنا کافی نہیں ہے۔ اس کے بجائے زندگی کے ایسے واقعات انہیں بتائیں جس سے وہ ذمہ داری محسوس کریں تا کہ آپ کا بچہ یا بچی خود اپنی حفاظت کرسکیں۔

(صنوبر علیم......اسلام آباد)

J990811

جب بچہ بلوغت کو پہنچتا ہے تو اس کے غیر ذمہ دارانہ فیصلے، حد سے زیادہ آزادی اور اندیشے بہت نقصان دہ ثابت ہو سکتے ہیں

بچوں میں اپنی مرضی سے کوئی چیز پسند کرنے یا نہ کرنے کی صلاحیت ہونی چاہئے یہ وہ اپنی غلطیوں سے ہی سیکھیں گے

حوا کی بیٹی

ہمارے معاشرے کا سماجی ڈھانچہ ہی کچھ اس طرح سے بنا ہے کہ اس میں مرد کو ایک برتر مقام حاصل ہے اور خواتین کو کمتر درجے کی مخلوق سمجھا جاتا ہے۔ اس لئے خواتین پر کئے جانے والے مظالم کی شرح مرد حضرات سے تقریباً 80 فیصد زیادہ ہے۔ ہمارے معاشرے میں تشدد سے مراد محض مار پیٹ، گالی گلوچ، ظاہری طور پر نظر آنے والا تشدد کیا جاتا ہے جبکہ حقیقت میں تشدد صرف مار پیٹ یا گالی گلوچ ہی نہیں بلکہ غیر محسوس طریقے سے اذیت دینا، ذہنی پریشانی، خاندانی جھگڑے، سماجی دباؤ اور رشتہ داروں کا ناروا سلوک بھی تشدد ہی کی وہ قسمیں ہیں جن کا خواتین کو سامنا کرنا پڑتا ہے۔

ہمارا ملک اسلامی ملک ہے لیکن بہت سی ایسی روایات اور فرسودہ رسومات کو اسلام کے حوالے سے پیش کیا جاتا ہے جن کا کوئی اسلامی تصور سرے سے موجود ہی نہیں اسلام میں کہیں خواتین پر تشدد کے حوالے سے کوئی بات نہیں کی گئی بلکہ اسلام نے ہی عورتوں کو وہ بنیادی حقوق عطا کئے جن کا زمانہ جاہلیت میں کوئی تصور موجود نہیں تھا۔ خواتین کے استحصال کے حوالے سے ہمارے ہاں اور مغرب میں جو اعداد و شمار زیادہ تر میگزین اور اخبارات سے لئے جاتے ہیں۔

اگر ہم معاشرے میں تبدیلی لانا چاہتے ہیں تو ہمیں لوگوں کی سوچ ان کے رویوں کو بدلنا ہوگا رویوں میں تبدیلی لانے کے لئے قوانین بنانے کے ساتھ ساتھ ان پر سختی سے عمل کروانا ہوگا ہماری سماجی زندگی میں دانشور سماجی کارکن اور پورا معاشرہ اہم کردار ادا کرتا ہے۔ مرد کو اس کے فرائض کے متعلق آگاہ نہیں کیا جارہا ہے جہاں تک رویے بدلنے کا تعلق ہے تو یہ بہت ہی مشکل کام ہے اس میں تعلیم اہم کردار ادا کرتی ہے۔ میڈیا کی ترقی کی بدولت خواتین بہت باشعور ہوگئی ہیں ان کو اپنے حقوق کے بارے میں آگہی آرہی ہے لیکن ان کو یہ حقوق معاشرے اور خاندان کی طرف سے نہیں مل رہے۔ ذہنی تشدد میں اس وقت اور بھی اضافہ ہوجاتا ہے جب اسے دوسرے درجے کی مخلوق سمجھا جاتا ہے اور ان کو فیصلے کا اختیار نہیں دیا جاتا۔

اسلام ہی وہ واحد مذہب ہے جس نے عورت کو معاشرے میں ایک باعزت مقام دیا۔ ماں بہن بیٹی بیوی کی حیثیت میں حضور ﷺ نے عورت کو عزت و احترام دیا۔ اسلام نے ہمیں ایک آئیڈیل ماحول اور معاشرہ دیا لیکن بہت زیادہ خراب معاشی حالات اور انگریزوں کے تسلط کے باعث اس معاشرے میں بگاڑ پیدا ہوگیا ہم نے دیگر قوموں کے رسم و رواج کو اپنالیا اور یوں معاشرے میں غلط رسومات فرسودہ روایات اور توہم پرستی کو پنپنے کا موقع ملا۔ ہمارے معاشرے میں عورت پر تشدد ہوتا ہے اس سے اختلاف نہیں لیکن اسلام میں عورت پر تشدد کی سختی سے مخالفت کی گئی ہے۔ خواتین کے ساتھ زیادتی اور ناانصافی کا سلسلہ ان کی پیدائش کے ساتھ ہی شروع ہوجاتا ہے اس میں ہم صرف یہ نہیں کہہ سکتے کہ لوئر کلاس میں خواتین اور بچیوں کے ساتھ لڑکوں کا مقابلے میں ناروا سلوک اختیار کیا جاتا ہے بلکہ اکثر مڈل کلاس اور اپر کلاس میں بھی بیٹیوں کے مقابلے میں بیٹوں کو زیادہ اہمیت دی جاتی ہے۔

(ثریا ندیم......کراچی)

ریکی ماہرین کہتے ہیں بیماری عدم توازن کا نتیجہ ہوتی ہے اگر ہم کسی بیمار فرد کے روحانی، ذہنی یا جذباتی پہلوؤں کو گہرائی میں دیکھیں تو ہمیں بیماری کو پروان چڑھانے والی جڑیں مل سکتی ہیں۔ اگر آپ اپنی زندگی خوف کے سائے تلے گزارتے ہیں تو عدم توازن کا آپ کے جسم کے مختلف حصوں میں مطالعہ کیا جاسکتا ہے۔ بیشتر امکانات یہ ہیں کہ آپ معدے کے امراض میں مبتلا ہوجائیں گے کیونکہ خوف کا زیادہ اثر وہیں پڑتا ہے خوف اور ڈر سے توانائی میں سکڑاؤ واقع ہوتا ہے۔ اکثر ایسا بھی ہوتا ہے کہ خواہشات اور بلند معیار زندگی کے حصول کے لئے ہمارے اندر مثبت اور منفی طرز فکر کی جنگ چلتی رہتی ہے اور اس اُکھاڑ پچھاڑ میں ہم احساس کمتری، احساسِ برتری، بغاوت، سرکشی، حرص اور نہ جانے کن کن بیماریوں کا شکار ہوجاتے ہیں اور اللہ کی دی ہوئی نعمتوں کا کفران کرتے ہیں۔ ہم میں سے ہر کسی کو قدرت نے صلاحیتوں کے الگ الگ مجموعہ سے نوازا ہے کوئی شخص مصور اچھا بن سکتا ہے تو دوسرا فرد کرکٹر۔ مگر ان نعمتوں کا شکر ادا کرنا بھی زندگی میں عدم توازن پیدا کردیتا ہے۔

ریکی کا علم حاصل کرنے کے لئے وضع کردہ پانچ روحانی اصولوں پر عمل ضروری ہے اور اِن اصولوں کی پاسداری سے شاگرد اور استاد دونوں میں ریکی کی توانائی مزید نکھر جاتی ہے۔

پہلا اصول

”صرف آج کے دن میں غصہ نہیں کروں گا۔“

درج بالا جملہ ریکی کا پہلا اصول ہے اور اس میں موجود حکمت کا آپ اس طرح اندازہ لگا سکتے ہیں کہ ”یہ جملہ روز آپ نے اپنے جی میں دُہرانا ہے۔“ اکثر افراد بہت سے اہم کام اپنی مصروفیت یا کام چوری کی وجہ سے کل کے دامن میں ڈال دیتے ہیں کیا یہی عادت ہم غصے سے نجات کے لئے استعمال نہیں کرسکتے؟ غصہ ہی وہ روک ہے، جو بے لوث اور بے غرض محبت کے چشمے کو پھوٹنے نہیں دیتا ہے۔ جب بھی کسی ایسے فرد کی انا یا خواہشات مجروح ہوتی ہیں جس کا مقصد دنیا یا فانی شے سے ہو تو وہ غصے کی آگ میں جلنا شروع ہوجاتا ہے اور اس سے ناقابل بیان حد تک نقصانات سامنے آتے ہیں اور فرد کی زندگی سے لے کر قوموں کی زندگی تک میں اس کی بدولت پیدا ہونے والے مضر اثرات کی امر بیل اُگتی ہے جو معاشرے کے سرسبز باغیچے کو ویران کردیتی ہے۔ اس کی صرف اور صرف ایک وجہ ہے اور وہ ہے غصہ جس میں مبتلا انسان اندھا ہوجاتا ہے۔ ہم میں سے اکثر افراد دیگر افراد سے بے جا توقعات وابستہ کرلیتے ہیں توقعات کی غلامی بھی غصہ کا اہم سبب ہے اور جب وہ توقعات ٹوٹ کر کرچی کرچی ہوتی ہیں تو انسان غیض وغضب کا شکار ہوجاتا ہے جس کا سب سے زیادہ نقصان اس انسان کو خود پہنچتا ہے کہ وہ اپنی بنائی ہوئی دوزخ میں جلنا شروع ہوجاتا ہے۔

یاد رکھئے! ”ہم میں سے ہر فرد دوسرے فرد کے لئے آئینہ ہے ہم دوسرے میں دراصل اپنی خوبیاں اور خامیاں ہی دیکھتے ہیں۔“ آپ خود بتائیں آئینے میں اپنے عکس کو دیکھ کر اپنے آپ پر غصہ کرنا کیا دانشمندی کا کام ہے؟

دوسرا اصول

”صرف آج کے دن میں کسی شے کا غم نہیں کروں گا۔“

دوسرا زریں اصول بھی غم سے نجات کے لئے ایک حکیمانہ ترغیب ہے۔ اس دنیا کو دارالعمل کہا جاتا ہے یعنی عمل کی جگہ، اس جہانِ فانی میں اگر آدمی گندم بوتا ہے تو گندم کاٹتا ہے اور کیکر بوتا ہے تو پھر ہاتھوں کو زخمی اور جسم کو لہولہان کردینے والی کیکر کی فصل کاٹتا ہے۔ اس جہاں رنگ و بو میں مشکلات، تکالیف اور غم اکثر تو انسان کے اپنے کرتوتوں کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ مختصر یہ کہ پیش آنے والے تند و تیز حالات پر اللہ سے دعا کرنی چاہئے اور غم سے حتی المقدور اجتناب برتنا چاہئے جب ہم کسی شے کے غم میں مبتلا ہوجاتے ہیں تو اس گھڑی اپنے آپ کو کائنات سے الگ کرلیتے ہیں اور تنہائی کے زہر کو اپنی رگوں میں انڈیلنے لگتے ہیں مزید یہ کہ غم کی حالت میں ہماری سوچ بھی محدود ہوجاتی ہے۔ مسائل کے حل کے راستے نظروں سے اوجھل ہوجاتے ہیں یعنی انسان خود کو غم کی غلامی میں دے دیتا ہے۔

تیسرا اصول

”آج میں عطا کردہ نعمتوں کا شمار کروں گا۔“

انسان اگر اللہ کی عطا کردہ نعمتوں اور احسانوں کا شمار کرنا شروع کردے تو بہت ممکن ہے کہ گنتی کرتے کرتے اس کی عمر تمام ہوجائے اور موت وارد ہوجائے لیکن یہ نہیں ہوسکتا کہ وہ اللہ تعالیٰ کی تمام نعمتوں کو اپنی شماریات کے احاطے میں لے آئے۔ اللہ کی جانب سے ان وسائل کے خزانے صرف انسان کے لئے ہی نہیں مخلوقِ عالم کے لئے کھلے ہیں۔ ریکی کے ماہر اس تیسرے اصول کے لئے کہتے ہیں ”جب ہم نعمتوں کا احساس کرتے ہیں اور چھوٹی بڑی نعمتوں کا شکر ادا کرتے ہیں تو اس کے معنی یہ ہیں کہ ہم مزید نعمتوں کو اپنی جانب کشش کررہے ہیں۔“

چوتھا اصول

''آج میں اپنا کام ایمانداری سے کروں گا۔''

جب ہم دوسروں سے ایمان سوز رویہ اختیار کرتے ہیں تو اس کا مطلب ہے ہم خود سے مخلص نہیں ہیں مگر جب ہم اپنے آپ سے ایماندار ہوجاتے ہیں خود اپنے دوست بن جاتے ہیں تو زندگی میں حُسن و دلکشی دوڑ جاتی ہے اور جب ہم اپنے اندر کے انسان کے ساتھ ایمانداری سے پیش آتے ہیں اپنے ضمیر کی آواز پر لبیک کہتے ہیں تو تب ہی ہم دیانت اور صداقت کا تحفہ اپنے دوستوں کو دینے کے اہل بن پاتے ہیں۔

پانچواں اصول

''آج میں ہر ذی حیات کیساتھ رحم دلی کا سلوک کروں گا۔''

ریکی کے لئے پیش کردہ پانچواں روحانی اصول آپ کے سامنے ہے اللہ تبارک وتعالیٰ نے اس کائنات کی بنیاد محبت پر رکھی ہے انسان اپنی پیدائش کے پہلے دن سے محبت کا متلاشی ہوتا ہے اور اس محبت کو پانے کے لئے ہی اس زندگی کے سفر میں سرگرداں رہتا ہے کبھی وہ محبت کو ماں باپ اور بہن بھائی کے روپ میں تلاش کرتا ہے تو کبھی اس کا مرکز محور دنیا پیسہ اور ہیرے جواہرات کی چمک بن جاتے ہیں مگر جو سعادت مند لوگ خالق کائنات کی محبت کو حاصل کر لیتے ہیں ان کی ازلی تشنگی پوری ہونے لگتی ہے اور وہ رب کائنات کے سکون کے پالنے میں زندگی بسر کرتے ہیں محبت یا رحم دلی کو اگر کائناتی زبان کہا جائے تو قطعاً غلط نہ ہوگا کیونکہ بشمول انسان ہر وہ ذی روح جس میں حیات دوڑ رہی ہے محبت کو جانتا' سمجھتا اور اس کی زبان میں بات چیت کرتا ہے یہ بات محاوراتی اور کتابی باتوں کے درجے سے نکل کر ٹھوس سائنسی حقائق میں شامل ہو چکی ہے ہر ذی روح پر محبت کا جادو چل جاتا ہے اس کی ایک مثال پودے بھی ہیں پودوں کے لئے دل میں پیار و محبت کے جذبات رکھنے والا فرد جب پودا لگاتا ہے۔اس کی آبیاری اور دیکھ بھال کرتا ہے تو پودوں کے بڑھنے اور پھلنے پھولنے کی رفتار میں اضافہ ہوجاتا ہے۔

ریکی کی ابتدائی مشق

ریکی کے فن میں کمال مہارت حاصل کرنے کے لئے کسی استاد کی سرپرستی ضروری ہے مگر ہم یہاں ریکی کی ابتدائی مشق بتا رہے ہیں جس پر اگر آپ ریکی کے پانچ رہنما اصول کو مدنظر رکھتے ہوئے عمل کرتے ہیں تو اپنا اور دوسروں کا علاج کرنے پر قدرت حاصل کر سکتے ہیں مگر یاد رہے کہ ریکی کے اعلی درجات پر پہنچنے کے لئے استاد کی رہنمائی کی ضرورت ہے۔

1: صبح سویرے بیدار ہو کر کسی باغ یا کھلی جگہ چلے جائیں جہاں تازہ ہوا میسر ہو (گھر کی کھلی چھت میسر ہو تو یہ عمل وہاں بھی کیا جاسکتا ہے۔)

2: خالی پیٹ ننگے پیر سیدھے کھڑے ہوجائیں۔

3: چند گہرے سانس لیں اور یہ تصور کریں کہ فضا میں ریکی توانائی موجود ہے اس تصور میں سانس اندر کھینچیں۔

4: پھر اس کے بعد سانس اندر لیتے ہوئے یہ تصور کریں کہ یہ توانائی آپ کے جسم میں رواں ہوگئی ہے اس دوران سانس روک لیں یہ مشق اس وقت تک جاری رکھیں جب تک آپ اپنے آپ کو تروتازہ محسوس نہ کریں مشق کے دوران آنکھیں بند کرنا ضروری نہیں ہے اگر بند کر لیتے ہیں تو کوئی ایسا مضائقہ نہیں ہے اس طرح آپ کو یکسوئی حاصل کرنے میں مدد ملے گی دوسرے یہ کہ توانائی کو دیکھنا شرط نہیں ہے لیکن کچھ حساس طبیعت افراد روشنیوں کو دیکھتے بھی ہیں ریکی کی اس مشق کو درج ذیل انداز سے بھی سر انجام دیا جاسکتا ہے۔

☆آپ سیدھے کھڑے ہوں تو اپنے دونوں ہاتھوں کو آسمان کی طرف سیدھا بلند کرلیں اس طرح کہ آپ کو کوئی دور سے دیکھے تو آپ انگلش حرف تہجی Y کی نظر آئیں پھر تصور کریں کہ فضا میں ریکی توانائی موجود ہے۔

☆اس کے بعد ہاتھوں کو نیچے لائیں دونوں ہاتھوں کی انگلیوں کو ملا لیں اس دوران یہ تصور کریں کہ آپ ریکی توانائی کو ہاتھوں کے درمیان جمع کر رہے ہیں۔

☆اب ہاتھوں کو آہستہ آہستہ پورا نیچے لے آئیں اور یہ تصور کریں کہ ریکی کی توانائی پورے جسم میں اتر گئی ہے۔

پہلے مرحلے میں سانس آہستہ لیں دوسرے مرحلے میں سانس اندر کھینچیں اور تیسرے مرحلے میں سانس روک لیں ریکی انرجی پیشانی اور سر سے داخل ہوتی ہے اور پورے جسم میں پھیل جاتی ہے۔

چکر یا چرخ

جب ریکی توانائی جسم میں داخل ہوتی ہے تو مختلف مراکز سے گزرتی ہے اور یہ مراکز توانائی کو جسم میں پھیلانے کے لئے چینل یا واسطے کا کام کرتے ہیں اور توانائی کے یہ سر چشمے ریکی ماہرین کے نظریات کے مطابق چکر یا چرخ کہلاتے ہیں ان ہی میں سے توانائیاں اور طاقتیں اندر یا باہر آتی جاتی ہیں اور یہی چرخ یا توانائی کے مراکز ریکی کی توانائی کے بہاؤ کو رواں دواں رکھتے ہیں ان میں پیدا ہونے والا کسی قسم کا خلل بیماری بن کر سامنے آتا ہے یوگا کے ماہرین بھی ان چکروں کے قائل ہیں۔

(مدثر حسین......بدین)

RD0105

> **غصہ ہی وہ روک ہے' جو بے لوث اور بے غرض محبت کے چشمے کو پھوٹنے نہیں دیتا ہے۔جب بھی کسی ایسے فرد کی انا یا خواہشات مجروح ہوتی ہیں جس کا مقصد دنیا یا فانی شے سے ہو تو وہ غصے کی آگ میں جلنا شروع ہوجاتا ہے اور اس سے ناقابل بیان حد تک نقصانات سامنے آتے ہیں اور فرد کی زندگی سے لے کر قوموں کی زندگی تک میں اس کی بدولت پیدا ہونے والے مضر اثرات کی امر بیل اُگتی ہے جو معاشرے کے سرسبز باغیچے کو ویران کر دیتی ہے اس کی صرف اور صرف ایک وجہ ہے اور وہ ہے غصہ جس میں مبتلا انسان اندھا ہو جاتا ہے**

پتھروں کے اثرات

بلور

اس کو انگریزی میں کوارٹز کرسٹل عربی میں حجرالبلو ر سنسکرت میں بھیکھم اور اردو میں بلور کہتے ہیں۔ یہ پتھر چمکدار شفاف اور بلوری ہوتا ہے اس کا استعمال قدیم زمانے سے چلا آرہا ہے یہ قیمت کے لحاظ سے چنداں گراں نہیں ہے اس وجہ سے ہر عہد میں مقبول رہا ہے اس پر پالش بڑی اچھی آتی ہے۔ یہ پتھر زیورات، نوادرات، ظروف اور جھاڑ فانوس میں استعمال ہوتا ہے۔ یہ پتھر صنعتی استعمال کا بھی خصوصی حامل ہے۔

رنگت

یہ بے شمار رنگوں میں ملتا ہے مگر مندرجہ ذیل رنگوں میں بہت مقبول ہے۔

ا۔ بے رنگا ۲۔ گلابی ۳۔ سبز ۴۔ پیلا ۵۔ نارنجی ۶۔ ہلکا نیلا ۷۔ دودھیا۔

کیمیائی مرکبات

سلیکا	۴۶ء۷ فیصد
آکسیجن	۵۳ء۳ فیصد

ساخت

سختی	۷ درجے
وزن مخصوص	۲ء۶۶ درجے
عکس	۱ء۵۵ درجے

اقسام

یہ بے شمار اقسام میں پایا جاتا ہے مگر مندرجہ ذیل مشہور ہیں۔

☆ روز کوارٹز

یہ گلابی رنگ کا بلور ہوتا ہے اس کی رنگت گلاب سے مشابہت رکھتی ہے اور اسی مناسبت سے اس کو اسی نام سے پکارتے ہیں۔

☆ اسٹار کوارٹز

سورج کی روشنی میں رکھنے کی وجہ سے اس میں ستاروں کی مانند چمک نکلتی ہے۔

☆ دودھیا کوارٹز

یہ دودھ کی طرح سفیدی مائل ہوتا ہے۔

☆ دھندلا کوارٹز

یہ دھندلے قسم کا سلیٹی یا بھورے رنگ کا ہوتا ہے۔

طبی خواص:

☆ رعشہ اور درد دندان کو دفع کرتا ہے۔

☆ امراض چشم میں بھی مفید ہے۔

سحری خواص:

☆ جو بچے رات کو سوتے ہوئے دانت بجاتے ہیں اور چونکتے ہیں ان کے گلے میں پہنانے سے ان کا ڈرنا بند ہو جاتا ہے۔

☆ اس پتھر کے ساتھ پھٹکری سرہانے رکھ کر سونے سے پریشان کن خواب آنا بالکل بند ہو جاتے ہیں۔

موافق نگینہ

بلور کا ستارہ قمر اور برج سرطان ہے۔ اس ستارے اور برج سے تعلق رکھنے والے حضرات اس کو پہن کر فائدہ اٹھا سکتے ہیں۔ علم الاعداد کے لحاظ سے جن حضرات کے نام یا تاریخ پیدائش کا مجموعہ ۲ یا ۷ ہو یہ ان کے لئے خوشحالی لائے گا۔

جائے پیدائش

بلور سب سے زیادہ برازیل میں پایا جاتا ہے۔ اس کے علاوہ جاپان، مڈگاسکر، فرانس، ہنگری اور ہندوستان میں بھی بکثرت ملتا ہے۔ پاکستان میں گلگت، ہنزہ اور صوبہ سرحد میں اس کے بہت بڑے بڑے ذخائر موجود ہیں اور کان کنی کے مرہون منت ہیں۔

کیا آپ روحانی قوت حاصل کرنا چاہتے ہیں؟

کیا اولاد یا اولادِ نرینہ کی خواہش دل میں ہے؟

کیا سسرال والے ذلیل کرتے ہیں؟

کیا علاج کے باوجود شفاء نہیں ہوتی؟

کیا آپ سے خوشیاں روٹھ گئیں ہیں؟

کیا آپ کو نوکری نہیں ملتی؟

کیا ناکامی آپ کا مقدر بن گئی ہے؟

کیا دوست دشمن ہو جاتے ہیں؟

کیا کاروبار میں مستقل نقصان ہو رہا ہے؟

کیا آپ اب تک سکون کی تلاش میں ہیں؟

کیا آپ زندگی کو جینا چاہتے ہیں؟

کیا آپ کو اپنے خواب سمجھ نہیں آتے؟

کیا لوگ آپ سے حسد کرتے ہیں؟

ان سوالات میں سے اگر کوئی سوال ایسا ہے کہ جو آپ کی ذات سے تعلق رکھتا ہے اور آپ اپنی پریشانی کا بہتر حل چاہتے ہیں تو دن کے بارہ بجے سے تین بجے کے درمیان مندرجہ ذیل نمبروں پر رابطہ کریں۔

اپنا نام، والدہ کا نام، والد کا نام، تاریخ پیدائش (اگر معلوم ہو)، جائے پیدائش اور مسئلہ بیان کریں۔ کاغذ اور قلم ضرور ساتھ رکھیں۔ دی گئی ہدایات پر عمل کریں۔ ہماری کوشش ہے کہ آپ کو آپ کی پریشانیوں اور مسائل کا بہترین اور آسان حل دیا جاسکے۔

دن بارہ بجے سے تین بجے تک مسائل ان فون نمبروں پر سنے جاتے ہیں

021-34923667, 021-34923488,
0333-4923667, 0321-8778177,
021-34920000

طبیب جسمانی، ذہنی وروحانی
ڈاکٹر محمد فہد اقبال آرتانی

کیا جادو ٹونے کا وجود ہے؟

جب سے دنیا بنی ہے انسان ہمیشہ عجیب وغریب چیزوں کے بارے میں جاننے کا خواہش مند رہا ہے۔ جادوٹونے کے بارے میں بھی انسان کو ہمیشہ یہ تجسس رہا ہے کہ کیا اس چیز کا وجود ہے۔ اگر آپ مقدس کتابوں کا مطالعہ کریں اور ان تمام پاک ہستیوں (جن کو اللہ تعالیٰ نے رسول، پیغمبر یا ولی بنا کر بھیجا ہے) کے بارے میں پڑھیں تو معلوم ہوگا کہ ان میں سے تقریباً ہر شخص کو ان کے زمانے کے لوگوں نے (نعوذ باللہ) جادوگر کہا ہے۔ اس کا مطلب یہ ہے کہ ہر زمانے میں جادو رہا ہے۔ حضرت موسیٰ علیہ السلام نے فرعون کے دربار میں حکم الٰہی سے اپنا عصاء زمین پر پھینکا اور وہ اژدھا بن گیا مگر ان کے سامنے سینکڑوں جادوگروں نے یہی عمل کیا اور ان کی زمین پر پھینکی ہوئی لکڑیاں سانپ بن گئیں۔ اسی طرح جب حضرت داؤد علیہ السلام نے ایک گروہ بنا کر اپنے ساتھیوں کے ساتھ ایک غار میں اللہ تعالیٰ کی عبادت شروع کی تو لوگوں اور بادشاہ نے کہا کہ وہ وہاں جادو کرتے ہیں۔ حضرت عیسیٰؑ کو اللہ تعالیٰ نے یہ طاقت دی تھی کہ کوڑھی کے جسم پر یا اندھے کی آنکھوں پر ہاتھ پھیر کر انہیں بالکل صحت مند بنا دیتے۔ لوگوں نے اللہ تعالیٰ کی طرف سے حضرت عیسیٰؑ کو دی گئی اس طاقت کو بھی جادوگری کا نام دیا۔

یہ بھی کہا جاتا ہے کہ ہمارا آقا رسول پاک ﷺ پر بھی لبید بن عاصم نامی یہودی نے جادو کروایا تھا جس کی وجہ سے آپ ﷺ دو ماہ تک بیمار رہے۔ پھر جبرائیلؑ ایک اور فرشتے کے ساتھ آپ ﷺ کو مدینہ سے باہر ایک پرانے کنوئیں پر لے گئے۔ جہاں دو پتھروں کے بیچ ایک دھاگے کا گنڈا تھا۔ جس میں گیارہ گٹھانیں (گرہیں) بندھی ہوئی تھیں۔ حضرت جبرائیلؑ کے کہنے پر حضور پاک ﷺ نے سورۂ ناس اور سورۂ فلق کی تلاوت کی۔ ان دونوں سورتوں کی گیارہ آیتیں پڑھنے سے گیارہ گرہیں کھل گئیں اور رسول اللہ ﷺ بالکل ٹھیک ہوگئے۔ رسول پاک ﷺ معصوم اور آپ ﷺ پر اللہ کی خاص حفاظت تھی۔ آپ ﷺ پر جادو کا اثر نہیں ہوسکتا تھا لیکن خداوند کریم کو یہ ظاہر کرنا تھا کہ دنیا میں شیطانی قوتیں بھی ہیں اس لئے جادو کا اثر ہم سب کے آقا ﷺ پر ہوا اور جادو کا توڑ بھی دنیا کو بتا دیا گیا۔

اگر ہم ان سورتوں کو غور سے پڑھیں تو ان میں سے ایک آیت میں یہ ہے کہ ''اے اللہ مجھے گرہ باندھنے اور پھونکنے والیوں سے اپنی پناہ میں رکھ۔''

دراصل جادو کا ایک طریقہ یہ ہے کہ جادوگر منتر پڑھتے ہوئے دھاگے پر گرہیں باندھتا ہے اور اس کے ذریعے سے وہ بدروحوں کو قابو کرتا ہے اور ان بدروحوں کو حکم دیتا ہے کہ فلاں شخص پر جادو کا اثر ہو اور اس کا فلاں کام کسی بھی صورت میں نہ ہو اور اس شخص کے ہر کام میں رکاوٹ ہو۔

سورۂ ناس میں پھر اللہ تعالیٰ سے یہ دعا کی جاتی ہے کہ ''اے انسان کے رب، اے انسان کے مالک، اے انسانوں کے پروردگار ہمیں شیطان کے ان وسوسوں کے شر سے اپنی پناہ میں رکھ جو وہ انسانوں اور جنوں کے ذریعے سے انسانوں کے سینوں میں ڈالتا ہے۔''

شیطان کے تین بڑے خوفناک وار ہیں جو وہ انسان پر کرتا ہے۔ ایک تو لالچ ہے جس میں گرفتار ہو کر انسان برے سے برا کام کرتا ہے اور دوسرے وسوسے ہیں۔ ان میں مبتلا ہو کر انسان میں سے خود اعتمادی ختم ہو جاتی ہے اور وہ کسی کام کو کرنے سے ہچکچاتا ہے اور اس طرح وہ زندگی میں کامیابیوں سے دور رہتا ہے اور تیسرا یہ کہ شیطان بدروحوں کے ذریعے انسان پر حملہ کرتا ہے۔ یہ شیطانی بدروحیں ہی ہوتی ہیں جو عجیب وغریب طریقوں سے انسان کو تنگ کرتی ہیں۔ مثلاً:

(1) انسان کا دماغ کوئی فیصلہ نہیں کرسکتا ہر وقت طرح طرح کے خیالات آتے ہیں۔ کبھی ایک بات سوچتا ہے کبھی اسی بات کے خلاف سوچتا ہے۔ دماغ پر پریشانی کے خیالات

آتے رہتے ہیں' کسی کام میں جی نہیں لگتا۔ اگر دوستوں کے درمیان ہو تو اُٹھ کر گھر جانے کو جی چاہتا ہے اور گھبراہٹ ہوتی ہے۔ دوستوں کی باتوں سے کوفت ہونے لگتی ہے اور اگر گھر میں ہو تو گھر چھوڑ کر بھاگ جانے کو جی چاہتا ہے' کسی کی کوئی بات اچھی نہیں لگتی' بُرے بُرے خیالات آتے ہیں۔

(2) جسمانی کیفیت ایسی ہوتی ہے کہ بیماری محسوس ہوتی ہے لیکن ڈاکٹر کہتے ہیں کہ کوئی بیماری نہیں ہے۔ لیبارٹری کی رپورٹ بھی ہر معاملے میں صاف آتی ہے لیکن اندر ہی اندر کمزوری اور سستی محسوس ہوتی ہے۔ بدن کبھی گرم اور کبھی سرد محسوس ہوتا ہے' چکر آتے ہیں' گھبراہٹ ہوتی ہے' کسی کام میں دل نہیں لگتا۔

(3) خواب پریشان کرتے ہیں' خواب میں گوشت اور خون نظر آتا ہے۔ نیند میں ایسا لگتا ہے جیسے پیچھے کوئی بھاگ رہا ہے۔

اگر یہ تمام نشانیاں ہوں تو آپ گھبرائیں مت' پہلے تو ڈاکٹر سے جسمانی اور نفسیاتی علاج کروائیں۔ ان سب علامات کی ایک وجہ یہ ہوسکتی ہے کہ آپ کو کوئی جسمانی بیماری ہو' جس کی وجہ سے آپ کی زندگی کا نظام بگڑ گیا ہو اور اس کے اثرات اس طرح ظاہر ہوتے ہوں۔

ان حالات کی دوسری وجہ آپ کی کوئی نفسیاتی الجھن ہوسکتی ہے۔ کوئی بچپن کا واقعہ آپ بھول چکے ہوں یا کوئی حال کا ایسا واقعہ جسے آپ دنیا سے چھپانا چاہتے ہیں۔ اس طرح یہ نفسیاتی مرض کی صورت میں لاشعوری طور پر داخل ہوتا ہے۔ اس کے لئے آپ جادوٹونے کا وہم نہ کریں اور آج کی جدید ترین دواؤں اور نفسیاتی مشوروں سے اپنا علاج کروائیں اللہ تعالیٰ ضرور شفاء دیں گے۔

لیکن اگر آپ کو شک ہو کہ کسی نے کچھ کرادیا ہے اور اسی وجہ سے آپ کی یہ حالت

سورۃ الناس میں اللہ تعالیٰ سے یہ دعا کی گئی ہے کہ ''اے انسان کے رب' اے انسان کے مالک' اے انسانوں کے پروردگار ہمیں شیطان کے ان وسوسوں کے شر سے اپنی پناہ میں رکھ جو وہ انسانوں اور جنوں کے ذریعے سے انسانوں کے سینوں میں ڈالتا ہے۔''

(4) زبان کڑوی ہوجاتی ہے' میٹھی کھٹی یا دوسرے ذائقے کا احساس نہیں ہوتا۔

(5) ہر وقت یہ وہم ہوتا ہے کہ جیسے کوئی دیکھ رہا ہے' جیسے کوئی پاس سے گزر گیا ہو یا ہر وقت جیسے کوئی ساتھ چل رہا ہو' کبھی کبھی یوں بھی محسوس ہوتا ہے جیسے کوئی ہمارے پیر یا سر پر ہاتھ لگا رہا ہو۔

(6) ہمارے منہ سے وہ بات نکل جاتی ہے جو ہمیں دوسروں کو نہیں بتانی ہو یا خفیہ رکھنی ہو اور اس سے نقصان ہوتا ہے۔

(7) گھر میں رہنے والے کوئی وجہ کے بغیر جھگڑا' فساد کرتے ہیں۔ آپس میں بہت محبت ہونے کے باوجود آپس میں تھوڑی تھوڑی بات پر بے انتہا غصہ اور جھگڑا کرتے ہیں' خاص طور پر جب کوئی خوشی کی بات ہو یا جب سب لوگ ساتھ میں بیٹھ کر نہیں بول رہے ہوں تو اچانک کوئی ایسی بات منہ سے نکل جاتی ہے جو ہم بولنا نہیں چاہتے اور اس بات کی وجہ سے آپس میں جھگڑا ہوجاتا ہے اور ماحول میں جو خوشی ہوتی ہے وہ غصے اور جھگڑے کی وجہ سے غم میں بدل جاتی ہے۔ پھر وہ بات کرنے والے کو بہت افسوس ہوتا ہے' وہ یہی کہتا ہے کہ میرا مطلب یہ نہیں تھا مگر اب کیا ہوسکتا ہے۔

(8) سینے پر بوجھ سا لگتا ہے' یہ جی چاہتا ہے کہ کپڑے پھاڑ کر گھر سے بھاگ جائے۔ اس کے علاوہ دماغ پر بوجھ' بے چینی اور الٹی یا قے جیسے محسوس ہوتا ہے مگر قے ہوتی نہیں ہے' صرف متلاہٹ ہوتی ہے' طبیعت مالش کرتی رہتی ہے۔

ہو رہی ہے تو پھر آپ اللہ تعالیٰ کے مبارک ناموں سے اپنا علاج خود کریں۔ خدا سے دعا مانگیں کہ وہ آپ کے ذہن سے وسوسے اور وہم دور کرے۔ اگر اس دوران آپ کو اپنے کسی رشتہ دار' پڑوسی یا جاننے والے پر شک ہو کہ اس نے کچھ کرادیا ہے تو اللہ تعالیٰ سے اپنی بدگمانی کی معافی مانگیں۔ کسی پر کوئی شک نہ کریں اور اپنے آپ میں خود اعتمادی پیدا کرکے ہر وقت بغیر گنتی ''اللہ الرحیم'' کا ورد شروع کردیں۔ نماز باقاعدگی سے پڑھیں' غریبوں کی جہاں تک ممکن ہو مدد کریں۔ اگر ممکن ہو تو بھلائی کے کاموں میں اپنا وقت اور سرمایہ صرف کریں مثلاً کسی یتیم یا لاوارث لڑکی کی شادی کے لئے مدد کریں یا کسی بیمار کے علاج میں اس کی مدد کریں' کسی پر اگر کوئی قرض ہو تو اس قرض سے سبکدوش ہونے میں اس کی مدد کریں۔ کسی پر کوئی ظلم ہو رہا ہو تو ظلم سے نجات دلانے کی کوشش کریں اور پھر اللہ تعالیٰ سے دعا کریں کہ خدا آپ پر آئی ہوئی مصیبت دور کرے۔ اگر آپ میں اتنی طاقت نہ ہو کہ مالی طور پر کسی کی مدد کرسکیں تو کم از کم اپنا اخلاق اچھا رکھیں کہ لوگ آپ کی تعریف کریں اور آپ کے پاس بیٹھ کر باتیں کرنے میں سکون محسوس کرسکیں۔ کیونکہ اچھی باتیں کرنا اور لوگوں کو اچھے کاموں کی طرف بلانا بھی ایک عبادت ہے اور ہر عبادت کا بدلہ اللہ تعالیٰ ضرور دیتے ہیں۔

آپ کو اگر اس سلسلے میں اپنی کسی روحانی یا نفسیاتی الجھن کا تفصیلاً جائزہ لینا ہو اور اس کے حل کے سلسلے میں مشورہ چاہتے ہوں تو آپ مجھے فون نمبر 34923667 پر رابطہ کرسکتے ہیں۔

جسمانی بیماریوں کا روحانی علاج

جسم اور روح انسانی زندگی کی دو حقیقتیں ہیں۔ انسانی جسم جہاں بیرونی دنیا سے انسان کا تعلق رکھتا ہے۔ وہاں روح انسان کی اندرونی دنیا پر مبنی ہوتی ہے۔ ان دونوں دنیاؤں یعنی انسان کی اندرونی اور بیرونی دنیا دونوں میں رابطے کا نام زندگی ہے۔ یعنی ایک زندہ انسان دراصل جسم اور روح کے ملاپ کا نتیجہ ہے۔ ایک تندرست انسان کے لئے تندرست جسم اور تندرست روح دونوں ضروری ہیں۔ اگر دونوں میں سے کوئی ایک بھی بیمار ہوجائے تو دوسرے پر بھی اس کا اثر پڑتا ہے۔ یعنی اگر روح بیمار (مثلاً خوف' جادوٹونہ' نظر بد' وہم) ہو تو جسم بھی اس کے اثرات محسوس کرتا ہے اور اگر جسم میں بیماری پیدا ہوجائے (مثلاً کمر درد' ذیابیطس' بلڈ پریشر' ڈپریشن) تو انسانی روح بھی بے چینی محسوس کرتی ہے۔ ایسی حالت میں اگر ایک کو دوسرے کے علاج کے لئے استعمال کیا جائے تو بہت اچھے اثرات سامنے آتے ہیں۔ اور خاص طور پر جسمانی بیماریوں کے لئے جسمانی علاج (یعنی جسم پر علاج) کے ساتھ ساتھ اگر روحانی طور پر بھی امداد کی جائے یعنی روح کا استعمال کیا جائے تو شفا جلد اور بہتر طور پر حاصل ہوسکتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ قدیم حکماء جسمانی مرض کے جسمانی علاج کے ساتھ ساتھ روحانی علاج بھی تجویز کرتے ہیں۔

ہمارے ماہرین نے اس سلسلے میں مختلف جسمانی بیماریوں کے لئے روحانیت کا سہارا لیتے ہوئے مختلف روحانی اعمال اور علاج ترتیب دیئے ہیں۔ جو کہ مرض کے جسمانی علاج کے ساتھ استعمال کئے جاسکتے ہیں۔

ماہنامہ روشنی میں جسمانی بیماریوں کے لئے روحانی علاج کا سلسلہ شروع کیا گیا ہے اور ہر ماہ کسی ایک جسمانی بیماری کے لئے روحانی اعمال اور علاج شائع کئے جائیں گے۔

معدے کی کمزوری کے لئے روحانی عمل

یہ مرض عام طور پر کھانے پینے میں اعتدال سے کام نہ لینے کی وجہ سے پیدا ہوجاتا ہے۔ معدہ میں کھانے کے بعد بھاری پن محسوس ہوتا ہے۔ بھوک میں کمی واقع ہوجاتی ہے۔ بدبودار ڈکاریں یا متلی، قے اور اپھارہ کی کیفیت پیدا ہوجاتی ہے۔ مصالحہ دار غذاؤں کا بے تحاشہ استعمال بھی اس مرض کا باعث ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ یہ عارضہ خون کی خرابی، کثرت مطالعہ اور غم وفکر کی وجہ سے بھی ہو جاتا ہے۔

روحانی علاج کے طور پر صبح ایک گلاس پانی پر ۴۱ (اکتالیس) بار ''اللّٰہُ الکریمُ الحکیم'' دم کر کے پیا کریں۔ اس کے علاوہ ایک سفید کپڑے پر نیلے رنگ سے ''یا کریم یا حکیم'' لکھ کر جیب میں یا اپنے قریب کسی جگہ رکھیں۔ اگر کوئی دوا لے رہے ہوں تو دوا کھانے سے پہلے ۹ (نو) بار ''اللّٰہُ الکریمُ الحکیم'' پڑھیں۔

اللہ تعالیٰ آپ کو شفاء نصیب فرمائے۔ آمین۔

اللہ تعالیٰ رحم فرمائے جتنی جلدی ممکن ہو صدقہ کر دیں اور تلاش کریں کہ آپ سے یا آپ کے گھر کے کسی فرد سے کسی کی حق تلفی تو نہیں ہو رہی اگر ہو رہی ہے تو فوراً اس کی تلافی کریں۔

(نسیم سحر......کراچی)

خواب میں واضح نشانیاں اس بات کی ہیں کہ خواب دیکھنے والے صاحب بیمار ہیں اور یہ بیماری اندرونی ہے دعا اور درود شریف کے ورد پر پوری توجہ دی جائے جب کہ دعا کے ساتھ علاج ہونا بھی ضروری ہے۔

(عبدالقادر......اسلام آباد)

نماز میں ذہنی یکسوئی حاصل کرنے کی لاشعور نے توجہ دلائی ہے قرآن پاک کی جو آیتیں تلاوت کرتے ہیں ان کے معنی یاد کر کے تفکر کیا کریں۔

(محمد ندیم......لاہور)

سانپ سے متعلق کوئی خیال یا کوئی واقع پیش آیا ہے جس کی بنا پر سانپ کا خیال ذہن میں چپٹ گیا ہے یہی وجہ ہے کہ خواب میں سانپ نظر آتے ہیں۔

(وردہ ابراہیم......پشاور)

خواب بہت مبارک ہے انشاء اللہ آپ کو کوئی اچھی خبر سننے کو ملے گی۔

(عفت بتول......کوئٹہ)

آپ کے دل میں مخلوقِ خدا کا ترس اور محبت ہے آپ انشاء اللہ تعالیٰ اپنی اس طبیعت کے طفیل دنیا میں اور آخرت میں ترقی پائیں گے۔

(محمود عدنان......کراچی)

خواب میں کالا اور سیاہ لباس دیکھنا اچھی علامت نہیں ہے نقصان اور بے حرمتی کا اندیشہ ہے آپ فساق و فجار کی صحبت چھوڑ دیں، توبہ کریں اور صبح شام کلمہ اور درود شریف کی ایک تسبیح پڑھیں انشاء اللہ ہر نقصان سے حفاظت ہو گی۔

(نوشین گیلانی......راولپنڈی)

آپ کا کسی سے جھگڑا ہو گا اور وہ مغلوب ہو گا آپ حرام مال سود اور رشوت خوری سے محفوظ رہیں گے۔

(مظاہر حسین......ملیر)

خواب میں بینگن دیکھنا غم و تفکرات اور پریشانیوں کی نشانی ہے۔

(مشرف خاتون......کوئٹہ)

آپ نے خواب میں مرغیاں دیکھی ہیں جو بہت اچھی علامت ہے آپ کو مال و دولت اور خوشحالی ملے گی اور آپ کے دوست بہت ہوں گے، آپ کے دشمن تباہ و برباد ہوں گے اور آپ کامیاب زندگی گزاریں گے۔

(شاہد سہیل......رحیم یار خان)

آپ کے تایا اور ماموں کی مغفرت ہو گئی ہے اور وہ قبر میں نہایت اچھی حالت میں ہیں، آپ حضرت ان مرحومین کے ایصال ثواب سے بالکل غافل ہو گئے ہیں ان کے لئے ایصال ثواب کریں۔

(ثوبیہ سرفراز......ملتان)

آپ پریشان نہ ہوں یہ ڈراؤنے خواب محض اتفاقی ہوتے ہیں آپ روزانہ رات کو سوتے وقت چاروں قل اور آیت الکرسی پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے اپنے بدن پر پھیر لیا کریں۔

(عالیہ اکرام......پشاور)

آپ جلد باز واقع ہوئے ہیں کام کا انجام سوچنے سے پہلے آپ میدان میں کود جاتے ہیں البتہ اس میں مشکلات آنے پر آپ کو پریشانی ہوتی ہے آپ ہر کام سے پہلے مشورہ اور سوچ بچار کر لیا کریں نیز برکت کی دیوی آپ پر مہربان ہے آپ کو مال و دولت ملے گی۔

(آصف پرویز......سانگھڑ)

سفید کپڑوں میں ملبوس آدمیوں کا خواب میں دیکھنا راحت وعیش اور فراخی نعمت کی طرف اشارہ ہے انشاء اللہ خیر ہو گی۔

(مہہ جبین علی......حیدر آباد)

آپ کا خواب تخیل اور احساسات کا تسلسل ہے آپ کے عزیزوں پر مصیبت واقع ہونے کی علامت ہے آپ توبہ استغفار کریں اور صدقہ کریں کہ صدقہ تمام مصیبتوں سے بچاؤ کا علاج ہے۔

(محمد عارف......پشاور)

ایسے تمام افراد جو خواب کی تعبیر جاننا چاہتے ہیں ان سے استدعا ہے کہ وہ مکمل تفصیل سے خواب لکھا کریں۔

ذہن پر زور دے کر ایک ایک جزیات لکھنے کی کوشش کریں تا کہ صحیح صحیح تعبیر بتائی جا سکے ساتھ ہی ساتھ وقت اور تاریخ خواب ضرور لکھیں ممکن ہو تو تاریخ پیدائش یا برج بھی لکھ دیں تا کہ صحیح حالات کا بھی تجزیہ کر لیا جائے۔

روشنی سینٹر، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔

زندگی میں کامیابی اور کامرانی کے حصول کے لئے تعویذ

زندگی کے مختلف شعبوں میں دفاتر میں، کاروبار میں، امتحانات میں یا زندگی میں کسی بھی آزمائش میں کامیابی کے لئے سخت محنت اور کوشش ضروری ہے۔ لیکن اکثر دیکھا گیا ہے کہ سخت محنت اور جدوجہد کے باوجود کامیابی نہیں مل پاتی۔ اور اتنی کوششوں کے بعد کامیابی نہ ملنے پر انسان مایوس ہوجاتا ہے۔ ایسے میں انسان کو دنیاوی کوششوں کے ساتھ ساتھ روحانی مدد کی بھی ضرورت پڑتی ہے۔

زندگی کے کسی بھی موڑ پر کامیابی حاصل کرنے کے لئے آپ مجوزہ تعویذ استعمال کرسکتے ہیں۔ یہ تعویذ مختلف شعبہ ہائے زندگی خاص طور دفاتر میں کام کرنے والے خواتین وحضرات، کاروبار میں ناکام حضرات، امتحانات دینے والے طالب علموں کے لئے کامیابی اور کامرانی کے حصول کے لئے بہت مفید ہے۔

استعمال کرنے کا طریقہ اور احتیاطیں

تعویذ کو پانچ اگربتیوں کی دھونی دے کر کالے کپڑے میں سی کر کالے دھاگے کے ساتھ گلے میں ڈال لیں۔ اس عمل سے آپ کی کامیابی سوفیصد 100% یقینی ہے۔ اس کے ساتھ مندرجہ ذیل عمل بھی ضروری ہے۔ ورنہ کامیابی کے امکانات کم ہوجاتے ہیں۔

- اللہ تعالیٰ کی مہربانیوں پر پورا یقین رکھئے کیونکہ اللہ کے علاوہ کوئی مددگار نہیں اور نہ ہی کوئی حامی ہے نہ ناصر۔
- صرف تعویذ پر بھروسہ مت کریں۔ دل لگا کر محنت بھی کریں اور پھر دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ محنت کا پھل دیں۔
- جب کوئی کام کرنے لگیں یا کچھ یاد کرنے کے لئے بیٹھیں۔ تو پہلے ۳۳ بار اللّٰہ العلیمُ الغفار پڑھ لیں۔
- رسالے میں شائع شدہ اصلی Original تعویذ استعمال کریں۔ اس کی نقل یا فوٹو کاپی کرنے کی کوشش نہ کریں۔
- جب خدا سے کامیابی کی دعا کریں تو گڑگڑا کر چپکے چپکے دل سے دعا کریں۔
- تعویذ گلے میں ڈالنے سے پہلے ۵ روپے کسی مسجد میں دے دیں۔ اس تعویذ کا کوئی ہدیہ۔ نذرانہ یا فیس نہیں ہے۔
- تعویذ کی پشت پر دی گئی تفصیلات ضروری پُر کریں۔
- یہ تعویذ ۲۱ یوم تک پہنے رکھیں ۲۱ یوم بعد سمندر میں ٹھنڈا کردیں اور اگر مزید استفادہ کی ضرورت محسوس کریں تو اگلے ماہ کا تعویذ نئے شمارے سے حاصل کیجئے۔ انشا اللہ ہزاروں لوگوں کی طرح آپ بھی فیض پائیں گے۔

یا اللّٰہ	یا اللّٰہ	یا اللّٰہ	یا اللّٰہ	یا اللّٰہ
یا سمیع	یا سمیع	یا سمیع	یا سمیع	یا سمیع
یا بصیر	یا بصیر	یا بصیر	یا بصیر	یا بصیر
یا رحمٰن	یا رحمٰن	یا رحمٰن	یا رحمٰن	یا رحمٰن
یا رحیم	یا رحیم	یا رحیم	یا رحیم	یا رحیم

تعویذ استعمال کرنے والی/والے کا نام
والدہ کا نام
تاریخ پیدائش اور برج
کس پریشانی کے لئے تعویذ استعمال ہو رہا ہے

چہرہ آپ کے کردار کا آئینہ دار

گول چہرہ

یہ تقریباً دائرہ نما ہوتا ہے ایسے چہرے والے آسانی پسند ہوتے ہیں یہ آرام دہ ماحول چاہتے ہیں۔ عیاشانہ زندگی پسند کرتے ہیں زیادہ محنتی نہیں ہوتے مگر یہ لوگ سست یا کاہل بھی نہیں ہوتے۔ بزنس میں ایسے لوگ کامیاب رہتے ہیں' سودے بازی بھی اچھی کرتے ہیں کیونکہ یہ دولت کے شائق ہوتے ہیں ان میں دوست بنانے کی اہلیت ہوتی ہے کیونکہ ان کے ذریعے انہیں مادی فوائد حاصل ہوتے ہیں۔

ان لوگوں کے اندر افادیت پسندی ہوتی ہے اور اس ضمن میں ان کی قوت فیصلہ بھی اچھی ہوتی ہے یہ لوگ دوسروں کو دیکھ کر عمدگی سے انکے بارے میں رائے قائم کرنے کی صلاحیت سے بہرہ ور ہوتے ہیں۔ بطور مڈل مین یہ بہت بہتر ہوتے ہیں چونکہ ان کے اندر ایک نوع کی انصاف پسندی ہوتی ہے یہ دوسروں کی خواہشات کا عمدہ اندازہ لگا سکتے ہیں۔ یہ بہت اچھے مشیر ہوتے ہیں اور معاملات طے کرنے اور کرانے میں مہارت رکھتے ہیں۔

بزنس اور سماجی میدانوں میں یہ لوگ اکثر بہت بلند منصوبوں پر پہنچتے ہیں ان کے اندر اکثر یہ خرابی ہوتی ہے کہ خود بیٹھے رہتے ہیں اور دوسروں کے سر سہرے بندھنے دیتے ہیں۔

برائے خواتین

اس قسم کے چہرے والی خواتین ایک اچھی ہاؤس وائف اور بچے دوستانہ مزاج کے ہوتے ہیں دوسروں سے تعاون کرتے ہیں انہیں کبھی کھلی فضا میں جانے سے نہیں روکنا چاہئے۔ ان کے اندر زیادہ سے زیادہ حاصل کرنے کی بری عادت ہوتی ہے۔ انہیں بتانا چاہئے کہ یہ ان چیزوں پر قناعت کرنا سیکھیں جو انہیں حاصل ہیں۔

تکونا چہرہ

یہ مثلث سے مشابہ ہوتا ہے۔ آسانی سے پہچانا جاسکتا ہے۔ یہ چہرہ ذہانت کا آئینہ دار ہوتا ہے عموماً ایسے افراد گہری سوچ والے ہوتے ہیں ان کے ذہن میں آنے والے خیالات حقائق کی مانند ہوتے ہیں یہ اپنے خوابوں کی تعبیر کا جامہ پہنانے کی زبردست کوشش کرتے ہیں۔ دانشور طبقے میں آپ ایسے چہرے کثرت سے دیکھیں گے وہ تمام کام خواہ دانش سے متعلق ہوں یا کسی اور موضوع سے جن میں ذہنی اور دماغی محنت کی ضرورت ہوتی ہے۔ انہیں پسند ہوتے ہیں۔ ان کے دماغ اختراعی بھی ہوسکتے ہیں۔

سائنسی بھی یا قانونی بھی مجموعی طور پر یہ چہرہ ایک تجزیہ پسندی دماغ کا عکاس ہوتا ہے۔ ویسے یہ کوئی سا کام کریں اسے بہرحال ایسا ہونا چاہئے جو ان کی دلچسپی کا ہو اگر انہیں کام دلچسپ لگ جائے تو انکا ذہن چل پڑتا ہے یہ اپنی کامیابیوں ہی کو اپنا انجام سمجھتے ہیں یہی وجہ ہے کہ اس قسم کے لوگوں میں خاصی بے عملی بھی نظر آتی ہے بزنس میں خصوصاً اچھے ذہن کے مالک ہونے کی وجہ سے یہ خاصے موذی ہوتے ہیں۔

ان کی سب سے اہم احتیاج یا ضرورت مقصد کی ہوتی ہے انہیں دیکھ کر اکثر خوش گمانی ہوسکتی ہے حقیقت میں بہت سے معاملات میں یہی لگتا ہے کہ انہیں یہ بات بہت پسند ہے مگر باطنی طور پر اکثر یہ لوگ مضبوط قسم کی لیاقت نہیں رکھتے صرف سطحی معلومات تک رہتے ہیں دراصل یہی لوگ کسی بھی علم یا فن کو جڑوں تک اتر کر نہیں سیکھتے۔ جو کچھ سطحی طور پر یہ سیکھ لیتے ہیں اسی کو بہت سمجھنے لگتے ہیں اگر کوئی چیز انہیں بور کردے یا یہ اس سے اکتاہٹ محسوس کریں تو فوراً یہ کسی اور سمت نکل جاتے ہیں ان کی ذہنی نشوونما کے لئے ضروری ہے کہ یہ لوگ ذاتی نظم وضبط پر توجہ دیں انہیں ذہنی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ عملی یا جسمانی سرگرمیاں بھی جاری رکھنی چاہئیں۔

برائے خواتین

ایسے چہرے والی خواتین پر خیال اور بے حد حساس ہوتی ہیں ان کے اندر خوشامد پسندی ہوتی ہے اور اپنی تعریف سننے کی شائق ہوتی ہیں۔ جہاں تک بچوں کا تعلق ہے تو ایسے چہرے کے بچے بے حد تصوراتی اور خیالی ہوتے ہیں یہ پڑھنے والے ہوتے ہیں اور اپنے اسباق جلد یاد کرلیتے ہیں اگر انہیں مناسب رہنمائی نہ ملے تو یہ اپنی پڑھائی کے بجائے کسی مشغلے میں گم ہوجاتے ہیں۔ ضرورت ہوتی ہے کہ انہیں مطالعے پر قائم رکھنے کی کوشش جاری رکھنی چاہئے۔

چوکور چہرہ

اسے بھی آسانی سے پہچانا جاسکتا ہے یہ جبڑوں کی بناوٹ کی وجہ سے چوکور نظر آتا ہے اس میں تھوڑی نوکیلی یا گول نہیں بلکہ چوڑی نظر آتی ہے چوکور چہرے والے افراد ذہنی اور فطری طور پر بے حد فعال ہوتے ہیں۔ کسی حد اس کے اندر گول چہرے اور نوکیلے چہرے دونوں کی صفات اکٹھی ملتی ہیں مگر اس چہرے کے لوگ تخیلاتی کم اور عملی زیادہ ہوتے ہیں انہیں دانش ورانہ بلندیوں سے زیادہ رغبت نہیں ہوتی۔

یہ لوگ خاصے خودرائے ہوتے ہیں اپنی صلاحیتوں پر بھروسہ کرتے ہیں اور دوسروں کی زیرنگرانی کام کرنا پسند نہیں ہوتا اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ یہ تنہا کام کرنے والے ہوتے ہیں۔ اس کے برعکس ان میں ایک اچھا لیڈر

چھپا ہوتا ہے۔ بس یہ اپنی صلاحیتوں کو فوقیت دینے والے ہوتے ہیں۔ یہ لوگوں کو بتانا پسند کرتے ہیں کہ کوئی کام کس طرح کیا جاتا ہے اپنی اس قسم کی صلاحیتوں کے باعث یہ بہت جلد عہدوں میں ترقی کر لیتے ہیں۔

مضبوط قوت ارادی خود مختاری اور مسلسل سرگرم اور فعال رہنے کی صلاحیت سے مالا مال ہونے کی وجہ سے انہیں اہم کہا جاسکتا ہے یہ باتیں ان کی باطنی صفات میں سے ہیں چوکور چہرے والوں میں مکینیکل اسکل بھی بہت زیادہ ہوتی ہے۔ نئے رجحانات سے انہیں دلچسپی ہوتی ہے۔ ایسے افراد کو چاہئے کہ وہ اپنے منصوبوں کو وقت سے پہلے بنائیں انہیں اپنی کوششوں کو آگے بڑھانے سے قبل ذہنی ترغیب کی ضرورت رہتی ہے۔ اس دور میں جہاں حرارت سرگرمی اور جسمانی استقامت کی ضرورت بہت بڑھ چکی ہے ان لوگوں کی افادیت اور اہمیت بھی بڑھ گئی ہے ٹیکنیشن کی حیثیت سے یہ بہترین ہوتے ہیں۔ ا

برائے خواتین:

اس قسم کے چہرے والی عورتیں ماڈرن ٹیپو اور جدید دور کے جدید تقاضوں سے ہم آہنگ رکھنا جانتی ہیں ان کے سامنے بہت سے میدان ہوتے ہیں ان کے ذہن میں بہت کچھ کرنے کا بیک وقت خیال رہتا ہے جس کے باعث ان کی توجہ بعض اوقات بٹ کر رہ جاتی ہے انہیں چاہئے کہ یہ جو کچھ کر رہی ہیں پہلے اس پر توجہ مرکوز کریں بہت سے دوسرے کاموں میں الجھنے سے یہ اپنی صلاحیتیں پوری طرح استعمال میں نہیں لا پاتیں۔ اس قسم کے چہرے والے بچے آج کے دور میں کامیاب کہے جاسکتے ہیں۔ کیونکہ جسمانی فٹنس ہمیشہ سے رہی ہے چونکہ یہ ٹیکنیکل ذہن کے مالک ہوتے ہیں اور ایسے علوم میں یہ بہت آگے جاسکتے ہیں ان بچوں کو جو کچھ بھی سکھایا جائے یہ سیکھ جاتے ہیں تاہم آپ کا زور زیادہ سے زیادہ انہیں عملی بنانے پر ہونا چاہئے اگر مکینیکل یا سائنسی رجحان کا اظہار کریں تو ان کی حوصلہ افزائی کی جانی چاہئے یہ اچھے انجینئر ثابت ہوتے ہیں۔

کچھ چہرے ایسے بھی ہوتے ہیں جنہیں دیکھ کر فوراً طے نہیں ہو پاتا کہ یہ کس قسم کا چہرہ ہے یعنی گول بھی لگ سکتا ہے اور لمبوترا بھی یا یہ گول یا چوکور پر محسوس ہوتا ہے تاہم ایسے چہرے کم ہوتے ہیں اگر کوئی ایسا چہرہ دکھائی دے جس کی خانہ بندی مشکل ہو تو ایسے چہرے کو Composite Face کہتے ہیں۔

ملتے جلتے چہروں کے بارے میں

گول لمبوترے چہرے

ذہانت، کمزور اندازے، خوش امیدی، خود اعتمادی، بے عملی، تیز خیالی، دانش مندی یہ تمام صفات ان میں ہوسکتی ہیں۔

لمبوترے چوکور چہرے

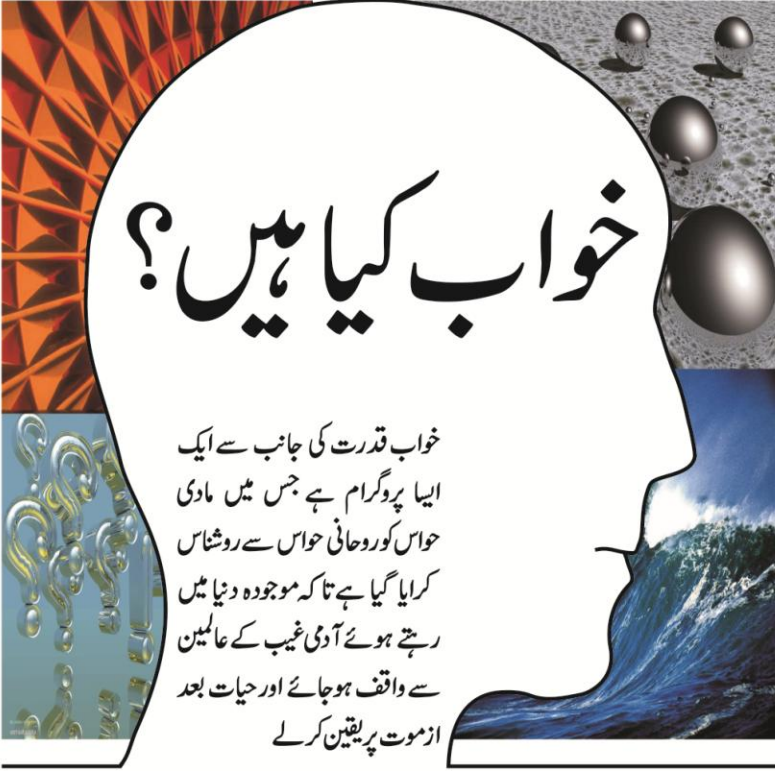
عملی، تنوع پسندی، ترنگ، تیز خیالی، سائنسی فکر، یہ تمام صفات ان میں دیکھی جاسکتی ہیں۔

چوکور گول چہرے

عمل پسند، کاروباری صلاحیت، خوش باشی، آرام طلبی اور خود رائے جیسی صفات کے حامل ہوتے ہیں۔

(ثمرین اکبر......لاہور)
RQ010325

قلب وذہن کو پاک کریں
اگر قلب وذہن پر وہم، وسوسوں اور ہر وقت منفی خیالات کا
غلبہ ہوتو ہر نماز کے بعد ایک سو گیارہ (۱۱۱) بار
یا اللہُ
یا قویُ
پڑھیں
ماہنامہ روشنی کراچی
Facebook.com/RoshniCentre
Roshnicentre.blogspot.com
Issuu.com/roshnicentre

خواب کیا ہیں؟

خواب قدرت کی جانب سے ایک ایسا پروگرام ہے جس میں مادی حواس کو روحانی حواس سے روشناس کرایا گیا ہے تاکہ موجودہ دنیا میں رہتے ہوئے آدمی غیب کے عالمین سے واقف ہوجائے اور حیات بعد ازموت پر یقین کرلے

کوئی انسان ایسا نہیں جس نے کبھی خواب نہ دیکھا ہو۔ سائنسی تحقیق کے مطابق ہر نوے منٹ کے بعد انسان خواب دیکھتا ہے اور ہر انسان روزانہ چار سے چھ خواب دیکھتا ہے۔ یہ الگ بات ہے کہ خواب صرف چند لوگوں کو یاد رہتے ہیں۔ بھولنے کی ایک بڑی وجہ یہ ہے کہ ہماری زیادہ توجہ اس مادی دنیا کے کاموں کی طرف رہتی ہے اور خواب کے عالم کی طرف توجہ نہ ہونے کی وجہ سے ہم خواب بھول جاتے ہیں۔ جیسے ہم گاڑی میں سفر کرتے وقت راستے میں ہزاروں چیزیں دیکھتے ہیں مگر وہ سب ہمیں یاد نہیں رہتیں۔ اس لئے کہ ہم نے ان کی طرف توجہ نہیں دی۔ خواب ایک ایسا عمل ہے جس میں انسان کا شعور معطل ہوتا ہے اور لاشعور بیدار ہوتا ہے۔ خواب کی حالت میں انسان بیماریوں سے آزاد ہوتا ہے۔ یعنی خواب میں انسان کے دماغ کی فریکوئنسی وہ ہوتی ہے جو ایک تندرست آدمی کے دماغ کی ہوتی ہے۔ خواب کے عالم میں ہمارے دماغ میں ایلفا ریز اور تھیٹا ریز کا مخصوص ملاپ ہوتا ہے۔ اگر ہم خواب کی اس فریکوئنسی کو حالت بیداری میں منتقل کرلیں تو ہم بیماریوں سے نجات حاصل کرسکتے ہیں۔ سائنسی تحقیق کے مطابق اگر کوئی انسان ایک ہفتہ تک خواب نہ دیکھے تو وہ پاگل ہوجائے گا۔ اور اگر دو ہفتہ تک خواب نہ دیکھے تو وہ مرجائے گا۔ اگر کوئی انسان نوے منٹ سے کم وقفوں سے سوئے یعنی آدھے پونے گھنٹے سو کر پھر بیدار ہوجائے اور اسی روٹین کے ساتھ رات گزارے تو وہ زیادہ دیر تندرست نہیں رہ سکتا۔ یہ اس کے جلد ہی بیمار ہوجانے کی علامت ہے۔ خواب کے عالم میں ہمارے جسمانی سیلز کی ٹوٹ پھوٹ کی مرمت ہوتی ہے۔

انبیاء کرام کا شعور اور لاشعور ایک توازن ہوتا تھا۔ اسی لئے انبیاء کرام کا نیند کی حالت میں بھی وضو نہیں ٹوٹتا تھا۔ انبیاء کرام کے خواب حقیقت پر مبنی ہوتے ہیں اور ان میں شک وشبے کی گنجائش نہیں ہوتی۔ قرآن پاک میں اللہ تعالیٰ نے حضرت ابراہیمؑ کا واقعہ بیان فرما کر ہمیں خواب کی حقیقت سے روشناس کرایا ہے۔ خواب کے عالم میں اللہ کا امر انسان پر نازل ہوتا ہے۔ انسان کو ارادہ اسی لئے دیا گیا ہے کہ وہ اپنے ارادے کے ساتھ اپنے رب کے امر کی طرف متوجہ ہو اور اس کو سمجھے اور اس پر عمل کرے۔ حضرت ابراہیم علیہ السلام نے خواب میں دیکھا کہ آپ اپنے بیٹے حضرت اسماعیلؑ کو ذبح کررہے ہیں۔ آپؑ نے اپنا خواب اپنے سعادت مند بیٹے حضرت اسماعیلؑ سے بیان فرمایا تو انہوں نے اللہ تعالیٰ کے حکم کے آگے اپنا سر تسلیم خم کردیا، چنانچہ حضرت ابراہیمؑ نے جب اپنے لختِ جگر کو اللہ کی راہ میں قربان کرنے کے لئے لٹایا تو اللہ تعالیٰ کو حضرت ابراہیم علیہ السلام کا بذریعہ خواب امرِ ربی سمجھ کر اس پر عمل کرنا اتنا پسند آیا کہ اللہ تعالیٰ نے امت محمدیہ ﷺ میں بھی اس عمل کو جاری فرمادیا تاکہ پیغمبر السلام کی سنت ادا کرکے ان کی طرزِ فکر کو اپنایا جاسکے۔ عالمِ اعراف کی آسان مثال یہ ہے کہ عالمِ اعراف ایک آئینہ ہے۔ ایسا آئینہ جو زمین سے دو سو میل دور ہے۔ بالکل اس طرح جیسے ایک ہال کی بیس فٹ اونچی چھت ہے۔ ایک آدمی فرش پر کھڑا ہو تو چھت پر آئینے میں اس کی تصویر الٹی بنے گی۔ یہ پہلے طریقے کی مثال ہے کہ اس میں شعور مادے کی گریوٹی میں مکمل بند ہوجاتا ہے۔ اب دوسرا آدمی فرش پر لیٹا ہو تو اس کی تصویر بیس فٹ دور آئینے میں چالیس فٹ کے فاصلے پر نظر آئے گی۔ یہ تصویر الٹی نہیں ہوگی مگر Still Gravity کی وجہ سے فاصلے کی بناء پر مماثلت اور مشابہت کی تصویر بنے گی اور ایک تیسرا آدمی زمین کی گریوٹی سے آزاد ہوکر ہوا میں معلق ہوکر آئینے کے بالکل ساتھ لگ جائے تو وہ اپنی تصویر بالکل صاف، پرفیکٹ اور کلیئر دیکھ سکے گا۔ جس میں شک وشبہ کی گنجائش نہیں ہوگی۔ خواب قدرت کی جانب سے ایک ایسا پروگرام ہے، جس میں مادی حواس کو روحانی حواس سے روشناس کرایا گیا ہے۔ تاکہ موجودہ دنیا میں رہتے ہوئے آدمی غیب کے عالمین سے واقف ہوجائے اور حیات بعد ازموت پر یقین کرلے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں توفیق عطا فرمائے کہ ہم ان علوم کو حاصل کریں جو انبیاء کرام کا ورثہ ہیں۔

(عاصم بیگ......لاہور)

حضرت ابوہریرہؓ سے روایت ہے کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا۔

''جب مال غنیمت اور بیت المال کے مال کو اپنی دولت قرار دیا جائے' امانت کو مال غنیمت سمجھ کر ہضم کیا جانے لگے' زکوۃ کو تاوان شمار کیا جائے' علم کی تحصیل دین کے لئے نہیں بلکہ محض دنیا طلبی کے لئے ہونے لگے' مرد عورت کی اطاعت شروع کردے۔ اولاد ماں کی نافرمانی کرنے لگے' آدمی ماں باپ کے مقابلے میں اپنے دوست سے زیادہ قریب ہو' مسجدوں میں آوازیں بلند ہونے لگیں' قوم کی سرداری اور سربراہی برے اور گناہگار لوگ کرنے لگیں' قوم کا رہنما قوم کا بدترین شخص ہو' انسان کی عزت اس کے شر سے حفاظت کے لئے کی جائے۔

امت کے پچھلے لوگ اگلے لوگوں پر طعن و تشنیع اور لعنت کرنے لگیں تو تم انتظار کرو تیز و تند سرخ آندھیوں کا' زلزلوں کی تباہ کاریوں کا' زمین کے دھنسنے کا' صورتوں کے مسخ ہونے کا' پتھروں کے برسنے کا' اللہ کی طرف سے پے در پے عذابوں کے نازل ہونے کا جیسے موتیوں کی ایک لڑی ہے جو ٹوٹ گئی ہو اور مسلسل دانے گر رہے ہوں۔''
(ترمذی)

حدیث شریفؐ کے مضمون کے ملاحظے کے بعد یہ بات صاف محسوس ہوتی ہے کہ اس حدیث کے ایک ایک لفظ سے ہمارے موجودہ معاشرے کی نشاندہی ہوتی ہے۔ آج ہم مسلمان ہونے کا دعویٰ کرنے کے باوجود جس قسم کے کردار اور اخلاق کے مالک ہیں پیغمبر آخرالزمان ﷺ نے اس کا اظہار آج سے چودہ سو سال قبل ہی فرما دیا۔ آج ہر طرف ہم مصیبتوں' پریشانیوں' اموات کی کثرت' عدم تحفظ' ایک دوسرے کی گردنیں کاٹنے کا رونا روتے ہیں لیکن کیا ہم نے اس کے تدارک کے لئے کچھ کیا' کبھی ان کے اسباب کی طرف توجہ کی۔ ہمارے آقا محمد ﷺ نے ایک حدیث کے ذریعہ ہماری ہر پریشانی کا علاج بتایا لیکن ہماری آنکھوں پر غفلت بے دینی کا جو پردہ پڑ گیا ہے وہ ہمیں قرآن و حدیث کی طرف رجوع کرنے کہاں دیتا ہے۔ کاش مسلمان آج نبی اکرم ﷺ کے ان اقوال کو اپنا لیں جو اس کی زندگی کو سدھار دیں۔

میرے محبوب ﷺ نے حدیث بالا میں کیا خوب مصیبتیں اور تکالیف آنے کے اسباب بیان کر دیئے آیئے ہم اس آئینے میں اپنا چہرہ دیکھیں۔ آنکھیں چرانے یا آئینہ توڑنے سے ہماری بدصورتی خوب صورت میں نہیں تبدیل ہوگی۔ ابواب الفتن کی حدیثیں ہماری حالت کی گواہ ہیں' آج سرکاری حکام اور حکام بالا کو دیکھئے کیا معززین نے حکومت کو اپنی ملکیت ذاتی جاگیر نہیں سمجھ لیا حکومت کے مال میں جس طرح چاہیں تصرف کریں حساب سے کسی کو خوف نہیں۔ محاسبے کا کسی کو احساس نہیں۔ محافظ خود خزانہ کو لوٹ رہے ہیں۔ ارکان اسمبلی رشوتیں لے کر اپنی ترقیاتی منصوبوں کی رقم لوگوں کو کھلا رہے ہیں۔ امانت میں خیانت کی وبا کتنی عام ہو چکی ہے۔ بھائی بھائی سے قرض لے کر دینے سے انکاری ہے۔ حکومت کے بینکوں سے قرضہ لے کر ہر شخص بھول گیا ہے رقم کے حصول کے لئے ہر جائز و ناجائز ذرائع اختیار کئے جا رہے ہیں۔ علم کا مقصد ڈگری کا حصول ہو گیا ہے اس کے لئے ہر جائز و ناجائز ذرائع اختیار کئے جا رہے ہیں۔

کلاشنکوف کے ذریعے ایک دوسرے کی جگہ امتحان دے کر ڈگری حاصل کی جا رہی ہے کہ بس کسی طرح ڈگری مل جائے' میری سفارش تگڑی ہے نوکری جیب میں ہے۔ علماء اور اساتذہ کے مقام کو گرا دیا گیا ہے' علم کی اہمیت کو ختم کر لیا گیا ہے' ماں باپ کی حیثیت ثانوی ہو چکی ہے' مسجدوں میں لڑائی جھگڑے عام معمول بن چکے ہیں۔ عورت کی حاکمیت کا یہ حال ہے کہ آج شوہر' باپ' بھائی' اپنی بیوی' بچی اور بہن کو کسی شرعی حکم کے لئے کہہ بھی نہیں سکتا۔ اس صورتحال میں تو جو خدا تعالیٰ کا حکم ہے وہ ہو کر رہے گا۔ اموات کی کثرت تو خود آنکھوں سے دیکھ رہے ہیں کوئی دن ایسا نہیں جب اخبار کسی موت کی خبر اور حادثہ کی خبر سے خالی ہو۔ روزانہ آسمانی آفتوں کا نزول ہے امن و امان و سکون خدا تعالیٰ نے اٹھا لیا' عدم تحفظ کا عذاب مسلط کرا یا گھر سے نکلنے والے کو خبر نہیں کہ گھر پہنچ سکوں گا یا نہیں' یہ سب نتیجہ ہے ان بداعمالیوں کا جو حدیث شریف کے مطابق ہم میں سرائیت کر چکی ہیں۔ ان عذابوں سے بچنے کا ایک ہی طریقہ ہے نبی اکرم ﷺ کی احادیث کے مطابق اپنی زندگیوں کو ڈھالیں ان اعمال کو ترک کر دیں جس سے اللہ تعالیٰ ناراض ہوتے ہیں ان اعمال کو اپنا لیں جس سے خدا خوش ہو پھر امن بھی ہوگا' سکون بھی' عزت بھی محفوظ ہوگی مال و دولت بھی۔

(آصف جلیل......رحیم یار خان)

J900112

تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد

ہر مشکل کو حل کرنے اور آپ کے مقاصد کو حاصل کرانے والی ذات اللہ تعالیٰ کی ہے۔لیکن اللہ تعالیٰ نے کچھ وسیلے اور طریقے رکھے ہیں جنہیں بزرگوں نے عام لوگوں کی سہولت کے لئے ظاہر کیا ہے۔ان ہی بزرگوں کی فضیلت کے طفیل ہم یہ تعویذ شائع کررہے ہیں۔اس تعویذ کو یہاں سے کاٹ کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔

اس تعویذ کو مختلف مسائل اور مشکلات کے حل کے لئے استعمال کیا جاسکتا ہے۔مثلاً

...... روزی میں بندش ہو، کوششوں کے باوجود کاروبار نہ چلتا ہو۔

...... نوکری حاصل کرنا چاہتے ہوں مگر بے روزگاری پیچھا نہ چھوڑتی ہو۔

...... لڑکے یا لڑکیوں کے رشتے نہ آتے ہوں یا رشتے آتے ہوں تو بات طے نہ ہوتی ہو۔

...... کسی خاص جگہ شادی کرنا چاہتے ہوں لیکن اس جگہ شادی میں رکاوٹ ہو۔

...... شوہر بیوی کے ساتھ یا بیوی شوہر کے ساتھ برا سلوک کرتے ہو۔

...... ملک سے باہر جانا چاہتے ہوں لیکن تمام کوششیں ناکام ہوجائیں۔

...... ایسی بیماری ہو جس کا مسلسل علاج کرنے کے باوجود بیماری نہ جاتی ہو۔

...... آپ کو شک ہو کہ جادو ٹونے کے ذریعے آپ کے ہر کام میں رکاوٹ پیدا کی جاتی ہو۔

استعمال کرنے کا طریقہ اور احتیاطیں

آپ اس تعویذ کو کسی بھی روز (اگر جمعرات میسر آجائے تو بہتر ہے) کو دی گئی جگہ سے کاٹیں پلاسٹک کوٹنگ یا موم جامہ کرکے پانچ اگر بتیوں کی دھونی دیں اور کالے کپڑے میں سی کر گلے یا سیدھے ہاتھ پر کہنی سے اوپر باندھ دیں۔ایک تعویذ ایک ہی شخص کے لئے اور ایک ماہ پہنا جائے گا۔گزرے ہوئے ماہ کا تعویذ استعمال نہ کریں ہوسکتا ہے کہ آپ کے مقصد میں کامیابی میں تاخیر ہو اور آپ کو کئی ماہ تک یہ تعویذ استعمال کرنے پڑے مگر یہ تعویذ کسی بھی صورت میں کسی کے لئے بھی نقصان دہ نہیں ہے۔

اس تعویذ کو استعمال کرنے سے پہلے اور بعد میں یہ بات اچھی طرح سمجھ لیں کہ آپ کی حفاظت کرنے والی اور آپ کی مشکلات کو حل کرنے والی ذات صرف اللہ تعالیٰ کی ہے۔اللہ پر ہی بھروسہ کریں اسی سے مانگیں وہی ہمارا آقا اور مددگار ہے۔تعویذ استعمال کرنے کے لئے نماز جمعہ کے بعد پانچ روپے کسی بھی مسجد میں دے دیں۔ہماری طرف سے اس تعویذ کا کوئی ہدیہ، نذرانہ یا فیس نہیں ہے۔

ہوسکتا ہے تعویذ کے ایک دفعہ کے استعمال سے آپ کا مسئلہ حل نہ ہو تو اس صورت میں اگلے ماہ کے رسالے سے نیا تعویذ استعمال کریں۔اگر آپ چاہیں تو ٹیلی فون یا خط کے ذریعے مزید تفصیلات معلوم کرسکتے ہیں۔

روشنی سینٹر، چاندنی چوک، اسٹیڈیم روڈ، کراچی۔فون 34920000(021)

تعویذ حل المشکلات وحصول المقاصد

ا	ل	و	ا	ر	ث
ا	ل	و	ک	ی	ل
ا	ل	س	ت	ا	ر
ا	ل	ج	ب	ا	ر

یہ مہینہ کیسا رہے گا؟

جنوری ۲۰۱۷ء

ARIES برج حمل

اس برج سے تعلق رکھنے والے ملازمت پیشہ افراد کو انتہائی نامساعد حالات کا سامنا کرنا پڑے گا' اگر آپ کا بزنس مشترکہ ہے تو مالی فائدہ ہوگا لیکن اخراجات کی رفتار خاصی تیز رہے گی' اولاد کے سلسلے میں پریشانی لاحق رہے گی' مختصر یہ کہ اس ماہ حالات خاصے الجھے رہیں گے۔

TAURUS برج ثور

بہ سلسلہ تعلیم دوسرے ہفتے میں کامیابی ہوگی۔ اس ماہ آپ کی پرعزم جدوجہد رنگ لائے گی اور کاروبار وسعت اختیار کرجائے گا نتیجتاً آمدنی میں غیرمعمولی اضافہ یقیناً ہوگا' پہلے ہفتے کے دوران آپ کے اخراجات بھی کچھ زیادہ رہیں گے' ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان ہے۔

GEMINI برج جوزا

اس ماہ کاروبار پر خصوصی توجہ دیں' معمولی سی کوتاہی بہت بڑے نقصان کا پیش خیمہ ثابت ہوگی' ملازمت پیشہ حضرات بھی بہت محتاط رہ کر اپنے فرائض کی انجام دہی کریں' اولاد سے وابستہ توقعات پوری نہ ہوسکیں گی' گھریلو ماحول زیادہ خوشگوار نہ رہ سکے گا۔

CANCER برج سرطان

بہ سلسلہ تعلیم جزوی کامیابی ہوگی' اگر آپ مشترکہ بزنس کرتے ہیں تو پھر کام کو بڑھانے کی کوشش کریں یہ ماہ بہت مناسب رہے گا' لین دین میں محتاط رہیں کسی مخالف کی سازش کی وجہ سے جسمانی نقصان پہنچنے کا اندیشہ ہے' اولاد سے وابستہ توقعات پوری ہوگی' سفر بہتر ثابت ہوسکے گا۔

LEO برج اسد

اس ماہ کے دوسرے ہفتے میں بہ سلسلہ کاروبار کافی مواقع ملیں گے' اگر آپ اعلیٰ صلاحیتوں کو بروئے کار لاکر آگے بڑھنے کی کوشش کریں تو شاندار کامیابی حاصل کریں گے' نہ صرف کاروبار وسعت اختیار کرے گا بلکہ آمدنی میں بھی اضافہ ہوجائے گا' رہائش کی تبدیلی کا بھی امکان ہے۔

VIRGO برج سنبلہ

اس ماہ کے پہلے تین ہفتوں کے دوران آپ کے کاروبار کی پوزیشن بھی تشویش ناک حد تک کمزور رہے گی۔ باوجود کوشش کاروبار وسعت اختیار نہیں کرے گا' ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان آخری ہفتے کے دوران ہے' اولاد کی جانب سے لاحق تفکرات کا خاتمہ ہوسکے گا۔

LIBRA برج میزان

بہ سلسلہ تعلیم رکاوٹوں کا خاتمہ ہوگا' اگر بہ سلسلہ ملازمت یا کاروبار سفر کرنے کا ارادہ ہے تو پھر اس سلسلے میں آخری ہفتہ آپ کا معاون ومددگار ثابت ہوگا' ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان روشن ہے' اس ماہ صحت جسمانی تو نارمل رہے گی البتہ ذہن پر ایک عجیب سا بوجھ مسلط رہے گا۔

SCORPIO برج عقرب

اس ماہ بہ سلسلہ کاروبار غیرمعمولی جدوجہد کریں ورنہ مالی نقصان ہوگا چند اہم امور کے سلسلے میں کامیابی حاصل ہوگی البتہ آپ اپنے ذہن کو فضول خیالات کی گرفت سے آزاد کردیں اس طرح آپ کے اندر موجود اعلیٰ صلاحیتوں کو مزید اُبھرنے کا موقع مل سکے گا۔

SAGITTARIUS برج قوس

اس ماہ کسی بھی نئے کاروبار کا آغاز نہ کریں ورنہ سوائے نقصان کے اور کچھ حاصل نہ ہوگا' سفر کے نتائج خلاف منشاء برآمد ہوں گے' ملازمت پیشہ افراد کی پوزیشن حسب سابق رہے گی' صحت گاہے بگاہے خراب رہے گی' مجموعی طور پر یہ ماہ آپ کے لئے زیادہ بہتر ثابت نہ ہوسکے گا۔

CAPRICORN برج جدی

یہ ماہ بہ سلسلہ کاروبار آپ کا زیادہ معاون ثابت نہ ہوسکے گا' اولاد کی طرف سے لاحق پریشانیوں کا خاتمہ ہوسکے گا' ملازمت پیشہ افراد اپنے امور کی انجام دہی میں کوتاہی نہ برتیں' والدین کے ساتھ تعلقات قدرے کشیدہ ہوجائیں گے' تعلیمی امور میں مایوسی وناکامی کا سامنا رہے گا۔

AQUARIUS برج دلو

کاروبار نو کا آغاز کریں حالات سازگار ہیں' بہ سلسلہ جائیداد الجھاؤ رہے گا' بہ سلسلہ تعلیم جزوی کامیابی ہوگی' ملازمت پیشہ افراد کی ترقی کا امکان ہے' صحت کی طرف سے محتاط رہیں' سفر کے لئے اس ماہ کا دوسرا ہفتہ بہتر رہے گا' اخراجات کی رفتار خاصی تیز رہے گی۔

PISCES برج حوت

بہ سلسلہ تعلیم کامیابی کے امکانات روشن ہیں' اس ماہ کا دوسرا ہفتہ مالی لحاظ سے بہتر ہے' اولاد کی طرف سے پریشانیاں حسب سابق ہی رہیں گی' مخالفین آمدہ بہ صلح ہونگے' صحت جسمانی کا خاص خیال رکھیں' گھریلو ماحول خاصا الجھا رہے گا' سفر وسیلہ ظفر ثابت ہوسکے گا۔

موٹے لوگ کیا کھائیں

دبلے لوگ کیا کھائیں

جن لوگوں کے جسم ان کے قد کے تناسب سے زیادہ دُبلے ہوں ان کے بارے میں یہ بات یقین کے ساتھ کہی جاسکتی ہے کہ یا تو ضرورت سے زیادہ غذا اور چربی ملنے کی وجہ سے ان کا جسم موٹا اور بے ڈول ہے یا ضرورت کے مطابق غذا فراہم نہ ہونے کی وجہ سے ان کی جسمانی نشوونما رک گئی ہے اور وہ دُبلے ہوگئے ہیں یہ دونوں صورتیں اچھی اور مثالی صحت کے منافی ہیں اور جتنی جلدی ممکن ہو ان کا تدارک ضروری ہے۔

موٹاپے اور دُبلے پن سے نجات حاصل کرنے کے لئے ڈاکٹروں کا سہارا لینا ضروری ہے۔ اگر ہم کوشش کریں تو محض اپنی غذا میں چند تبدیلیاں کرکے بہترین نتائج حاصل کرسکتے ہیں۔ اس سلسلہ میں تفصیلات پیش کی جارہی ہیں۔ ساتھ ہی ساتھ ہم ایک چارٹ پیش کررہے ہیں جس کے مطالعہ سے آپ کو یہ علم ہوجائے گا کہ قد کے تناسب سے ایک عام صحت مند انسان کا وزن کتنا ہونا چاہئے۔ اس چارٹ میں دیئے جانے والے وزن میں تھوڑی بہت کمی بیشی گوارا ہوسکتی ہے لیکن بہت زیادہ فرق فوری توجہ چاہتا ہے۔

ایک صحت مند مرد یا عورت کا نارمل وزن اسی چارٹ کے مطابق ہونا چاہئے لیکن جیسا کہ چارٹ میں دیا گیا ہے دو تین پونڈ کا فرق نارمل ہی کہلائے گا کیونکہ عام طور پر ہر انسان کا وزن مختلف اسباب کی بناء پر تھوڑا بہت گھٹتا بڑھتا رہتا ہے لیکن ایک مثالی صحت کے لئے اوسط وزن اسی چارٹ کے مطابق ہونا چاہئے۔

اس سلسلہ میں ایک اہم بات یہ ہے کہ بعض لوگ پیدائشی طور پر ایسی جسمانی ساخت کے مالک ہوتے ہیں کہ ان کا نارمل وزن اس معیاری چارٹ سے مطابقت نہیں رکھتا۔ اس کے باوجود وہ اچھی اور مثالی صحت کے مالک ہوتے ہیں۔ یعنی کُچھ لوگ پیدائشی طور پر کسی قدر فربہی کی طرف مائل ہوتے ہیں اور ان کے جسم پر گوشت اور چربی کی مقدار عام افراد کے مقابلہ میں زیادہ ہوتی ہے۔ اسی طرح بعض لوگ پیدائشی طور پر اس قدر دُبلے ہوتے ہیں کہ ان کا وزن عام معیار سے کم ہونا ہی ان کی صحت کی علامت ہے۔ عمر اور وزن کا فرق کمی بیشی کا سبب بنتا ہے ایک جوان آدمی کے مقابلے میں چالیس پینتالیس سال کی عمر کے انسان کا وزن زیادہ ہوتا ہے۔

ہڈیوں کی ساخت بھی وزن کی کمی بیشی کا سبب بنتی ہے بعض لوگوں کی ہڈیاں بہت پتلی ہوتی ہیں۔ اس لئے ان کا نارمل وزن کم ہوتا ہے اور بعض کا وزن چوڑی اور بھاری ہڈیوں کے سبب زیادہ ہوتا ہے۔ ان تمام صورتوں میں وزن کا اعتدال متعلقہ فرد کو خود بھی محسوس ہوجاتا ہے لیکن ان تمام صورتوں سے الگ ہٹ کر اگر ناگوار حد تک زیادہ یا بہت زیادہ کم ہو تو اس پر فوراً توجہ دینی چاہئے ورنہ صحت اور جسمانی دلکشی کے ضمن میں بہت سے مسائل پیدا ہوجاتے ہیں۔

موٹاپا ایک طرف تو جسم کی دلکشی کو ختم کرکے اسے بے ڈول بنادیتا ہے اور شخصیت بڑی حد تک مسخ ہوکر رہ جاتی ہے۔ دوسری جانب یہ بہت سی بیماریوں کے لئے بھی راہ ہموار کردیتا ہے۔ زیادہ وزن کی وجہ سے انسان کی پھرتی اور چستی و چالاکی ختم ہوجاتی ہے اور اس کی کارکردگی پر بڑا اثر پڑتا ہے۔ اعضاء اس حرکت سے محروم ہوجاتے ہیں۔ جو جسمانی صحت کو برقرار رکھنے کے لئے ضروری ہوتی ہے۔ چربی کی زائد مقدار خون کی نالیوں اور باریک نسوں پر جم جاتی ہے اور ان کے آزادانہ پھیلاؤ کو متاثر کرکے خون کے دباؤ اور دل کی بیماریوں کا سبب بنتی ہے۔ یہی چربی دل پر جم جانے سے اس کی کارکردگی میں رکاوٹیں پیدا کردیتی ہے اور بعض اوقات حرکت قلب بند ہوجانے تک نوبت پہنچ جاتی ہے حد سے زیادہ موٹے لوگ' معدے' جگر اور ذیابیطس وغیرہ کی بیماریوں میں بھی مبتلا ہوجاتے ہیں۔

اسی طرح حد سے زیادہ دُبلا پن بھی صحت کے لئے مستقل خطرہ بنا رہتا ہے۔ اس کی وجہ سے جسم ہلکا پھلکا اور پھرتیلا تو ضرور محسوس ہوتا ہے لیکن کام کرنے کی سکت بہت کم ہوجاتی ہے جس کی وجہ سے انسان معمولی مشقت سے تھکنے لگتا ہے۔ جسم میں غذائی عناصر اور کیلوریز کی کمی ہونے کی وجہ سے مختلف بیماریوں کے جراثیم اور موسم کی اچانک تبدیلیوں کے خلاف جسم کی قوت مدافعت بہت کم ہوجاتی ہے۔ جس کی وجہ سے انسان بار بار بیمار ہوتا رہتا ہے اور یہ مسلسل اور مستقل بیماری اس کی رہی سہی صحت بھی ختم کردیتی ہے ان حالات میں یہ ضروری ہے کہ ہر شخص کا وزن اس کے قد کی مناسبت سے ہمیشہ نارمل رہے۔ تاکہ اس کی کارکردگی اور جسمانی دلکشی برقرار رہے اور وہ ہر قسم کے حالات میں بیماریوں سے محفوظ اور مکمل طور پر صحت مند رہ سکے۔

وزن کو اعتدال پر رکھنے کی ضرورت سبھی محسوس کرتے ہیں لیکن اس مقصد کے لئے عام طور پر لوگ کچھ ایسے غلط طریقے اختیار کرلیتے ہیں۔ جن کی وجہ سے فائدے کے بجائے اُلٹا نقصان ہوتا ہے۔ مثلاً اکثر موٹے لوگ اپنا وزن کم کرنے کے لئے بے تحاشا ڈائٹنگ شروع کردیتے

ہیں۔ جس کی وجہ سے ان کے جسم میں کیلوریز کی مقدار بہت کم ہوجاتی ہے اور وزن کم کرنے کی کوشش میں وہ اپنی جسمانی صحت سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں۔ اسی طرح بعض دُبلے لوگ اپنا وزن بڑھانے کے لئے طرح طرح کی مرغن' قوت بخش اور ثقیل غذاؤں کا ضرورت سے زیادہ استعمال شروع کردیتے ہیں۔ ان کا خیال ہوتا ہے کہ اس طرح ان کی جسمانی نشو و نما کی رفتار بڑھ جائے گی اور وہ بہت جلد دُبلے پن سے نجات بھی حاصل کرلیں گے لیکن عام طور پر ہوتا یہ ہے کہ ان کا معدہ ان غیر معمولی غذاؤں کا بوجھ برداشت نہیں کرپاتا۔ خوراک کا بیشتر حصہ ہضم ہونے سے رہ جاتا ہے۔ چکنائی کی زائد مقدار چربی کے چھوٹے چھوٹے ذرات کی شکل میں خون میں شامل ہوجاتی ہے اور اس طرح خطرناک بیماریوں کے لئے راستہ ہموار ہوجاتا ہے۔

اپنے وزن کو اعتدال پر رکھنے کے لئے اگر صحیح طریقے اختیار کئے جائیں تو صحت بھی برقرار رہتی ہے اور جسم' وزن اور ہیئت کے اعتبار سے متناسب اور دلکش بھی ہوجاتا ہے۔ موٹے لوگوں کو بے تحاشا ڈائٹنگ کرنے کے بجائے ایسی غذاؤں کا استعمال شروع کردینا چاہئے جن میں چکنائی' کاربوہائیڈریٹس اور شکر کی مقدار برائے نام ہو۔ ان غذائی عناصر سے پرہیز زائد چکنائی کو تحلیل کرکے جسمانی وزن کو اعتدال پر لانے کا ذریعہ بن جاتا ہے۔ چکنائی میں گھی' دودھ' مکھن' بناسپتی اور نباتاتی تیل شامل ہیں۔ کاربوہائیڈریٹس کا ذریعہ ہر قسم کے اناج' سبزیاں' پھل اور شکر ہیں اور شکر ہمیں تمام میٹھے پھلوں سے حاصل ہوتی ہے لیکن اس کا یہ مطلب ہرگز نہیں کہ ہر قسم کی چکنائی' تمام اناج تمام سبزیاں اور تمام پھل یکسر ترک کردیں۔ اگر ایسا کیا گیا تو ڈائٹنگ کا مطلب صرف فاقہ کشی ہوکر رہ جائے گی' اس کا مطلب صرف فاقہ کشی ہوکر رہ جائے گی۔ اس کا مطلب صرف یہ ہے کہ ہم ایسی غذاؤں کا انتخاب کریں جو جسم کی ضرورت بھی پوری کرتی رہیں اور مندرجہ بالا تین غذائی عناصر کی مسلسل کمی کے سبب جسم کا وزن بھی کم

مردوں کے لئے

پتلی اور درمیانی ساخت کے مرد

قد	وزن
۵فٹ۲انچ	۱۲۱پونڈ
۵فٹ۳انچ	۱۲۴پونڈ
۵فٹ۴انچ	۱۳۱پونڈ
۵فٹ۵انچ	۱۳۴پونڈ
۵فٹ۶انچ	۱۳۸پونڈ
۵فٹ۷انچ	۱۴۰پونڈ
۵فٹ۸انچ	۱۴۶پونڈ
۵فٹ۹انچ	۱۵۰پونڈ
۵فٹ۱۰انچ	۱۵۴پونڈ
۵فٹ۱۱انچ	۱۵۸پونڈ
۶فٹ۰انچ	۱۶۲پونڈ
۶فٹ۱انچ	۱۶۶پونڈ
۶فٹ۲انچ	۱۷۲پونڈ
۶فٹ۳انچ	۱۷۸پونڈ

درمیانی اور چوڑی ساخت کے مرد

قد	وزن
۵فٹ۲انچ	۱۳۳پونڈ
۵فٹ۳انچ	۱۳۶پونڈ
۵فٹ۴انچ	۱۳۹پونڈ
۵فٹ۵انچ	۱۴۳پونڈ
۵فٹ۶انچ	۱۴۶پونڈ
۵فٹ۷انچ	۱۵۰پونڈ
۵فٹ۸انچ	۱۵۴پونڈ
۵فٹ۹انچ	۱۵۸پونڈ
۵فٹ۱۰انچ	۱۶۲پونڈ
۵فٹ۱۱انچ	۱۶۶پونڈ
۶فٹ۱انچ	۱۷۸پونڈ
۶فٹ۲انچ	۱۸۳پونڈ
۶فٹ۳انچ	۱۸۹پونڈ

عورتوں کے لئے

پتلی اور درمیانی ساخت کی عورتیں

قد	وزن
۴فٹ۱۱انچ	۱۱۰پونڈ
۵فٹ	۱۱۳پونڈ
۵فٹ۱انچ	۱۱۷پونڈ
۵فٹ۲انچ	۱۲۰پونڈ
۵فٹ۳انچ	۱۲۲پونڈ
۵فٹ۴انچ	۱۲۵پونڈ
۵فٹ۵انچ	۱۲۸پونڈ
۵فٹ۶انچ	۱۳۲پونڈ
۵فٹ۷انچ	۱۳۶پونڈ
۵فٹ۸انچ	۱۳۹پونڈ
۵فٹ۹انچ	۱۴۳پونڈ
۵فٹ۱۰انچ	۱۴۸پونڈ
۵فٹ۱۱انچ	۱۵۲پونڈ

درمیانی اور چوڑی ساخت کی عورتیں

قد	وزن
۴فٹ۱۱انچ	۱۱۷پونڈ
۵فٹ	۱۲۰پونڈ
۵فٹ۱انچ	۱۲۴پونڈ
۵فٹ۲انچ	۱۲۷پونڈ
۵فٹ۳انچ	۱۳۰پونڈ
۵فٹ۴انچ	۱۳۴پونڈ
۵فٹ۵انچ	۱۳۷پونڈ
۵فٹ۶انچ	۱۴۰پونڈ
۵فٹ۷انچ	۱۴۴پونڈ
۵فٹ۸انچ	۱۴۸پونڈ
۵فٹ۹انچ	۱۵۲پونڈ
۵فٹ۱۰انچ	۱۵۸پونڈ
۵فٹ۱۱انچ	۱۶۰پونڈ

ہوتا رہے۔

اس مقصد کے لئے بڑی احتیاط سے کھانے کا مینو تیار کرنا پڑے گا۔ ذیل میں چند ایسی غذاؤں کی تفصیل دی جارہی ہے جو اس ضرورت کو پورا کرسکتی ہیں۔

ٹماٹر اور مرچ کے ساتھ انڈا

ایک فرد کے لئے ایک انڈا' ایک شملے کی مرچ' ایک یا دو ٹماٹر' کالی مرچ' نمک اور تھوڑا سا مکھن۔

مرچ کے بیج نکال کر اسے اُبال لیں اور نرم ہونے کے بعد نکال کر رکھ لیں۔ کھولتے ہوئے پانی میں ٹماٹر ڈال کر نکال لیں۔ اس سے ان کا چھلکا آسانی سے اُتر جائے گا ٹماٹر کے بیج الگ کردیں۔ اب انڈا ایک ڈونگے میں توڑ کر اسے اچھی طرح پھینٹ لیں۔ مرچ کا باریک چھلکا آہستگی سے اُتار کر اسے باریک کُتر لیں۔ اب تمام چیزیں انڈے میں ملا کر اچھی طرح پھینٹ لیں اور فرائی پین میں تھوڑا سا مکھن ڈال کر اسے تل لیں۔ ناشتہ کے لئے بے حد لذیز ثابت ہوگا اور اس سے وزن کم کرنے کا مقصد بھی پورا ہوسکے گا۔

بیکڈ انڈا اور پالک

ایک فرد کے لئے ایک انڈا' تین پونڈ پالک' نمک اور سُرخ مرچ۔

پہلے پالک کو نمک کے پانی میں اُبال لیں اور گل جانے پر خشک کرکے اُتار لیں۔ اس پر نمک اور سُرخ مرچ چھڑک کر دھات کی کسی ڈش میں پھیلا دیں خیال رہے کہ ایسا کرتے وقت پالک خوب گرم رہے اگر ٹھنڈی ہوجائے تو اسے دوبارہ گرم کرلیں اب پھیلی ہوئی پالک میں کسی گہرے چمچے وغیرہ کے ذریعے گڑھے سے بنا کر ہر گڑھے میں ایک انڈا توڑ کر ڈال دیں۔ اب پوری ڈش کو اوون میں رکھ کر اس وقت تک پکائیں۔ جب تک کہ انڈے خشک نہ ہوجائیں اس کے بعد اُتار کر استعمال کریں۔

ہڈیوں اور ترکاری کا سوپ

آدھا سیر بکری کا گوشت' دو تین بکری کی ہڈیاں' ایک گاجر' ایک پیاز' چند کالی مرچیں' نمک حسبِ خواہش اور آدھا پاؤ دودھ۔

ہڈیاں اور گوشت ایک پتیلی میں ڈال کر اس میں سیر بھر کر پانی ڈال دیں۔ گاجر کے قتلے اور کُتری ہوئی پیاز بھی اس میں ڈال دیں۔ کالی مرچیں کوٹ کر حسبِ خواہش نمک ڈال کر اسے پکنے کے لئے رکھ دیں۔ تین گھنٹے تک اسے پکنے دیں۔ جب تمام چیزیں پک کر یک جان ہوجائیں تو ان میں آدھا پاؤ دودھ ڈال کر پانچ منٹ تک اور پکائیں اور پھر اُتار لیں۔ یہ سوپ لذیز اور قوت بخش ہوگا اور ڈائٹنگ کرنے والوں کے رات کی بہترین غذا بھی۔

اسی طرح بہت سی دوسری غذائیں بھی تیار کی جاسکتی ہیں۔ جن میں چکنائی کاربوہائیڈریٹس اور شکر کی مقدار بہت زیادہ نہ ہو۔ ایسی غذائیں صحت بخش بھی ہوں گی اور وزن کم کرنے میں بھی خاطر خواہ مدد دیں گی۔

دُبلے لوگوں کو وزن بڑھانے کے لئے ایسی غذاؤں کی ضرورت ہوتی ہے جو جسم کو زیادہ سے زیادہ کیلوریز اور وٹامن فراہم کرسکیں۔ نشاستے والی غذاؤں کا استعمال بہر حال محدود رہنا چاہئے۔ زیادہ سے زیادہ کیلوریز اور وٹامنز کے ساتھ جسم کی نشو نما کرنے والے اہم عنصر کے طور پر پروٹین کی مقدار بھی بڑھا دینی چاہئے۔ اس طرح ان کی خوراک میں گوشت' ہلکے ترش اور میٹھے پھل خصوصاً سیب' آڑو' مالٹے' سنگترے' چکوترے' کھیرے اور خوبانیاں' گاجریں' مولیاں اور سلاد' دودھ اور دودھ سے تیار ہونے والی دوسری غذائیں اور سبز پتوں والی سبزیاں زیادہ مقدار میں شامل رہنی چاہئیں۔

وزن اعتدال پر آجانے کے بعد اسے برقرار رکھنا اور اپنی صحت کو خوشگوار حد تک قائم رکھنا بھی ضروری ہے۔ جب آپ یہ محسوس کریں کہ آپ کے جسم کا وزن آپ کے قد کے تناسب سے مثالی صحت کے معیار کے مطابق ہوگیا ہے تو آپ وزن کو کم یا زیادہ کرنے والی غذاؤں کو بتدریج ختم کردیں اور ایسی متوازن غذا کا استعمال شروع کردیں۔ جو اس کے بعد جسمانی وزن میں فرق پیدا نہ ہونے دے۔ اس کے لئے مندرجہ ذیل چارٹ سے مدد لیجئے۔

متوازن خوراک کا چارٹ

وزن کے اعتدال پر آنے کے بعد ایک عام آدمی کو دن بھر زیادہ سے زیادہ ۱۸۵۰ کیلوریز کی ضرورت ہوتی ہے۔ اس ضرورت کی تکمیل کے لئے اپنے کھانے کی ترتیب اس طرح رکھئے۔

ناشتہ:

نصف پیالی کسی پھل کا جوس' دو انڈے جنہیں اُبال کر' نصف اُبال کر یا آملیٹ بنا کر استعمال کیا جاسکتا ہے۔ ڈبل روٹی کا ایک سلائس تھوڑے مکھن یا پنیر کے ساتھ استعمال کرسکتے ہیں۔

دلیا یا کارن فلیکس مکھن نکالے ہوئے دودھ کے ساتھ چائے یا کافی صرف ایک چمچہ شکر کے ساتھ۔

دوپہر کا کھانا:

اُبلے ہوئے' بیک کئے ہوئے یا گرل کئے ہوئے گوشت کے تین سلائس یا تھوڑی چکنائی میں پکی ہوئی مچھلی اس کے ساتھ گاجریں' مولی' پھلیاں' ساگ ٹماٹر وغیرہ۔ ان میں سے کچھ سبزیاں سلاد کے طور پر کھائی جاسکتی ہیں اور کچھ صرف ابال کر استعمال کی جاسکتی ہیں۔ اس کے ہمراہ ایک سیب' کیلا یا دو آڑو ایک پیالی کے برابر تازہ انگور' کھانے کے بعد مکھن نکلا ہوا نصف گلاس میں دودھ اور آخر میں کافی یا چائے۔

رات کا کھانا:

رات کو بھی دوپہر کی طرح گوشت یا مچھلی اور ترکاری استعمال کریں۔ ان کی مقدار کسی قدر زیادہ ہونی چاہئے اس کے بعد ایک پیالی پڈنگ جو مکھن نکلے ہوئے دودھ سے بنی ہو۔ اس کے ساتھ اپنی پسند کا کوئی پھل' آخر میں مکھن نکلے ہوئے دودھ کا ایک گلاس اور چائے یا کافی' کھانے کے اس چارٹ کے مطابق اپنی خوراک کو ترتیب دے کر آپ اپنے وزن اپنی صحت کو خوشگوار طور پر برقرار رکھ سکتے ہیں۔

(تنویر فاطمہ...... کراچی)

حالات میں بہتری

(آصف علی ..... کراچی)

مسئلہ = کافی عرصے سے ماہنامہ ''روشنی'' زیر مطالعہ ہے۔ اس میں شامل بصیرت افروز مضامین سے دل شاداب اور آنکھیں منور ہوجاتی ہیں۔ ہمارے ساتھ مسئلہ یہ ہے کہ میرے والدین پر بہت قرضہ ہے، ہم کرائے کے مکان میں رہتے ہیں جس کا کرایہ بہت زیادہ ہے۔ میرے والدین یہ چاہتے ہیں کہ اپنا گھر ہوجائے اور ہمارا قرضہ بھی ادا ہوجائے۔ ہم چار بھائی ہیں بھائیوں میں سے کسی کا بھی دل پڑھائی میں نہیں لگتا، ہر وقت کھیل کود میں مشغول رہتے ہیں۔ میرے والدین کو جو تنخواہ ملتی ہے وہ سب قرضے کی نذر ہوجاتی ہے کوئی ایسا وظیفہ یا طریقہ بتائیں جس سے ہمارے حالات اچھے ہوجائیں۔

جواب = اپنی والدہ سے کہیں اوّل و آخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ (100) سو بار ''اللہُ المقسطُ الباسط'' پڑھ کر دعا کریں۔ یہ عمل ہر نماز کے بعد کریں اور آپ کے والد صاحب چلتے پھرتے ''یا مقسطُ یا باسطُ'' پڑھا کریں۔ آپ سب پڑھائی میں دل لگائیں، پڑھ لکھ کر آدمی معاشرے میں اعلیٰ مقام حاصل کرسکتا ہے اور اس کے اوپر معاش حاصل کرنے کے دروازے کھل جاتے ہیں۔

''اللہُ الرافعُ الرؤف''

(نبیلہ مقصود ..... نیویارک)

مسئلہ = میں بیاہ کر امریکہ اپنے شوہر کے ساتھ آگئی۔ اچانک امریکہ نے امیگریشن کے سلسلے میں سختی شروع کردی اور مجھے یہاں کی سیٹزن شپ نہیں دے رہے ہیں جب کہ میرے شوہر کی پیدائش اسی ملک کی ہے اور وہ یہاں کے شہری ہیں، میرے دو بچے بھی یہاں پیدا ہونے کی وجہ سے آٹو میٹک یہاں کے شہری بن گئے ہیں۔ امید ہے کہ آپ اپنی اس پردیسی بہن کا مسئلہ ضرور حل کردیں گے۔ کوئی ایسا وظیفہ بتادیں جس کو پڑھ کر میرا یہ مسئلہ یہ جلد از جلد حل ہوجائے۔

جواب = آپ ہر نماز کے بعد (۳۳) تینتیس بار ''اللہُ الرافعُ الرؤف'' پڑھ کر دعا کیا کریں۔ جب سٹیزن شپ کے لئے اپلائی کریں تو چلتے پھرتے بغیر گنتی پڑھنا شروع کردیں۔ انشاء اللہ مسئلہ آپ کے حسب منشاء حل ہوجائے گا۔

سورۂ فاتحہ

(صنوبر فاطمہ ..... لاہور)

مسئلہ = میری والدہ آپ کی بہت بڑی معتقد ہیں اور آپ کے ماہنامہ ''روشنی'' کا بڑی بے تابی سے انتظار کرتی ہیں۔ اگر ماہنامہ کے لانے میں تاخیر ہوجائے تو بہت ناراض ہوتی ہیں۔ عرض یہ ہے کہ میں اپنے گھر میں بہت سی پریشانیاں دیکھتی ہوں۔ والد صاحب اچھی پوسٹ پر فائز ہیں مگر گھر میں گزار
ہ کے لئے خرچہ بالکل نہیں دیتے۔ ہم دو بہنیں اور آٹھ بھائی ہیں والد صاحب کو ہماری کوئی فکر نہیں۔ ہماری تمام پریشانیوں سے نجات کے لئے کچھ بتائیں۔

جواب = والدہ صاحبہ یا کوئی ایک بہن روزانہ فجر کی نماز ادا کر کے سورج نکلنے سے پہلے ۴۱ بار ''سورہ فاتحہ'' پڑھ کر گھر میں چاروں طرف پھونک دے۔ اس کے بعد قبلہ کی طرف منہ کر کے دعا کریں اور ہر جمعرات کو گیارہ روپے خیرات کردیا کریں۔

AURA

(اکبرابرار ..... کراچی)

مسئلہ = میں ایک مصنف ہوں اور مختلف رسائل اور کتابوں میں کہانیاں اور مضامین لکھتا ہوں۔ کافی عرصے سے ماہنامہ ''روشنی'' زیرِ مطالعہ ہے اس کے علاوہ آپ کے مضامین روزنامہ ''ملت'' میں بھی پڑھتا ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میں AURA اور عجیب وغریب واقعات سے متعلق ایک مضمون لکھنا چاہتا ہوں اور اس سلسلے میں آپ سے معلومات حاصل کرنا چاہتا ہوں، میں درج ذیل سوالات کے جوابات جاننا چاہتا ہوں۔

۱۔ AURA کیا ہے؟ اس کا کیا کام ہے؟

۲۔ AURA صرف جاندار اشیاء کا ہوتا ہے؟

۳۔ انسانی زندگی میں AURA کا تعلق صرف دنیا تک ہے یا آخرت میں بھی ہے؟

۴۔ میں نے سنا ہے کہ جب بھی AURA میں گڑ بڑ کی وجہ سے گھریلو حالات میں تغیر پیدا ہوتے ہیں تو روحانی معالج انہیں نمک کے استعمال کا مشورہ دیتے ہیں اس کی روحانی اور سائنسی وجہ کیا ہے؟

۵۔ AURA سے کس قسم کے فوائد ونقصانات ہوتے ہیں؟

مجھے ان سوالات کے جوابات آپ اپنی مصروفیات میں سے وقت نکال کر تفصیل سے آئندہ اشاعت میں دیں۔

جواب = AURA جاندار اور بے جان اشیاء کے اوپر روشنیوں کا غلاف ہوتا ہے اور اس غلاف میں جسم کی طرح پورے خدوخال ہوتے ہیں۔ اس کو جسم مثالی یا سائنسی اصطلاح میں AURA کہا جاتا ہے اس کے بغیر کوئی وجود قائم نہیں رہ سکتا۔ زندگی کی حرکات و سکنات میں انرجی دوڑانے کا ذمہ دار AURA ہے اور اس میں گڑ بڑ سے پوری زندگی متاثر ہوتی ہے۔ اگر AURA کسی بھی قسم کے اثر کو قبول کرے گا تو وہی اثر انسانی جسم پر ظاہر ہوتا ہے۔ AURA کے اوپر موت وارد نہیں ہوتی جبکہ مادی جسم پر موت وارد ہوتی ہے۔ انسانی شعور میں توانائی حاصل کرنے کے بڑے ذرائع نمک اور مٹھاس ہیں اگر نمک کی مقدار اعتدال سے بڑھ جائے تو شعور کمزور ہو جاتا ہے جب شعور کو طاقتور کرنا ہو تو نمک کم استعمال کرنے کی ہدایت کی جاتی ہے۔

روحانی علوم میں دلچسپی

(سلیمان زیدی ..... حیدرآباد)

مسئلہ = میں بی۔اے کا طالب علم ہوں اپنی تعلیم کے ساتھ ساتھ روحانی علوم میں بے حد دلچسپی رکھتا ہوں، اخبارات میں وظائف کا کالم بڑی دلچسپی کے ساتھ پڑھتا ہوں۔ سوال یہ ہے کہ جتنے بھی روحانی استاد ہوتے ہیں وہ مرید کو جب بھی کوئی وظیفہ عنایت کرتے ہیں یا کسی مریض کو روحانی علاج بتاتے ہیں تو اس بات کی بڑی تاکید ہوتی ہے کہ یہ عمل عشاء کی نماز کے بعد کیا جائے۔ براہ کرم اس کی علمی توجیہی بیان کر دیں۔

جواب = عشاء کی نماز غیب سے متعارف ہونے اور اللہ تعالیٰ کا عرفان حاصل کرنے کا ایک خصوصی پروگرام ہے کیونکہ عشاء کے وقت آدمی رات کے حواس میں داخل ہو جاتا ہے اور روحانی طور پر غیب کی دنیا سے بے حد قریب ہو جاتا ہے اس کی دعائیں قبول کر لی جاتی ہیں۔ عشاء کی نماز اس نعمت کا شکر یہ ہے کہ اللہ نے اسے بیداری کے حواس سے نجات عطا فرما کر زندگی عطا فرمادی۔ انسان دو حواس میں زندگی گزارتا ہے (۱) بیداری یعنی دن کے حواس (۲) خواب یعنی رات کے حواس۔ رات کے حواس غیب کے حواس ہیں اور دن کے حواس مادی ہیں جب کوئی فرد رات کے حواس میں رجوع کرتا ہے تو وہ بہت آسانی کے ساتھ روحانی علوم سیکھ جاتا ہے یہی وجہ ہے کہ روحانی تعلیمات، تربیت کے اسباق اور وظائف عشاء کی نماز کے بعد پورے کئے جاتے ہیں۔

سودی قرض

(آمنہ رضی .....لاہور)

مسئلہ = مسئلے کے جواب میں آپ کا ارسال کردہ خط ملا پڑھ کر اس قدر خوشی ہوئی کہ میں بیان نہیں کرسکتی، خوشی سے آنکھوں میں آنسو تیرنے لگے، والدین بھی بے حد خوش ہوئے۔ میرے والدین بھی اپنے مسئلے کے حل کے لئے عرض گزار ہیں۔ گذشتہ پانچ سال سے والد صاحب پر تین لاکھ کا سودی قرض ہے جو کم ہونے کے بجائے بڑھتا ہی جا رہا ہے۔ کاروبار سے اتنی آمدنی نہیں ہے کہ ایک ساتھ ادائیگی کی جاسکے آپ اس مسئلے کا کوئی حل ضرور بتائیں تاکہ میرے ماں باپ اس دوزخ سے نجات حاصل کرسکیں۔

جواب = والد صاحب سے کہیں کہ بعد نماز عشاء اول و آخر گیارہ مرتبہ درود شریف کے ساتھ ۱۲۱بار ''اللہُ الواحدُ الوارثُ'' پڑھ کر دعا کریں۔ ساتھ ہی کوشش کریں کہ ہمیشہ باوضو رہا کریں۔ ہر ماہ ماہنامہ ''روشنی'' میں اسلامی ماہ کے خاص وظائف پڑھا کریں۔ ماہنامہ ''روشنی'' احباب میں تقسیم کریں انشاءاللہ خوب برکت ہوگی۔

وظیفے کی اجازت

(توصیف بٹ ..... کراچی)

مسئلہ = آج سے کچھ عرصہ پہلے آپ نے میرے دوست کو قرض کی ادائیگی کے لئے ایک وظیفہ بتایا تھا کہ بعد نماز عصر تین سو مرتبہ ''اللہُ القدوسُ السلامُ'' پڑھیں انشاءاللہ قرض کی ادائیگی کی تدبیر نکل آئے گی۔ پوچھنے کا مقصد یہ ہے کہ جو کوئی بھی یہ وظیفہ شروع کردے اس کے لئے بھی سودمند ہوگا یا کوئی اور اس وظیفے کو شروع کرنا چاہے تو وہ اولاً آپ سے اجازت طلب کرے۔ اگر اجازت لینی ہو تو کیا آپ مجھے اس وظیفہ کو پڑھنے کی اجازت دیں گے۔

جواب = ہر فرد میں نور کی لہریں الگ الگ کام کر رہی ہیں۔ جہاں تک آنکھ، ناک، کان اور دوسرے اعضاء کا تعلق ہے وہ ہر فرد میں یکساں ہیں لیکن ہر فرد کی انفرادیت اس کے اندر

کام کرنے والی روشنی کی الگ الگ لہروں پر قائم ہے۔ اس لئے ہمیشہ مناسب یہ ہی ہوتا ہے کہ وظیفہ پڑھنے سے پہلے اجازت حاصل کر لی جائے میری طرف سے اجازت ہے۔ وہ عمل یا وظیفہ جس کے بارے میں یہ تحریر کیا گیا ہو کہ یہ عمل بغیر اجازت کے نہ کریں اسے نہ کریں باقی تمام وظائف خدمت خلق کے جذبے کے تحت شائع کئے جاتے ہیں۔ اللہ کی ذات پر مکمل یقین کے ساتھ جو بھی کام کیا جائے وہ ہو جاتا ہے، دعا میں بہت تاثیر ہے۔

مشکلات کا مجموعہ

(آفتاب عالم ..... قصور)

مسئلہ = ہم لوگ جس کام میں ہاتھ ڈالتے ہیں اس میں نقصان ہو جاتا ہے۔ پچھلے دنوں ہم نے مکان بنانا شروع کیا تو مستری رقم لے کر بھاگ گیا۔ معمولی معمولی کام کے نتائج برعکس نکل آتے ہیں ہر روز کوئی نہ کوئی مسئلہ درپیش آ جاتا ہے جس سے پریشانی مزید بڑھ جاتی ہے۔ پہلے ہم لوگ سرکاری مکان میں رہتے تھے پھر ہم نے گاؤں میں گھر بنا لیا۔ تقریباً چار سال ہو گئے ہیں اس مکان میں آئے ہوئے خدا کی قدرت ہے کہ جس دن سے گاؤں میں آئے ہیں ہمارے مسائل ختم نہیں ہوتے، دن بدن پریشانیاں بڑھتی جا رہی ہیں۔ ہم سب بہن بھائی پڑھائی میں لائق تھے یہاں آ کر پڑھائی تو جاری ہے لیکن ویسی لیاقت نہیں رہی، ابو کی صحت دن بدن گرتی جا رہی ہے، رشتہ داروں کا رویہ بھی پہلے جیسا نہیں رہا، ابو کے ساتھ کوئی زیادتی بھی کرے تو کہتے ہیں چھوڑو جانے دو۔ ان سب حالات کو دیکھ کر دل اتنا گھبراتا ہے کہ بے اختیار یہ ہی دعا نکلتی ہے کہ اللہ تعالیٰ اس زندگی سے بہتر ہے کہ تو اپنے پاس بلا لے۔ میں تمام پریشانیاں لکھنے کے بجائے آپ سے یہ مؤدبانہ درخواست کرتا ہوں کہ ایک مجبور و بے کس گھر کے لئے کوئی ایسا وظیفہ بتائیں کہ جس سے اللہ تعالیٰ ہماری پریشانیاں ختم کر دے۔

جواب = ثابت لوبان لے کر گھر میں پیس لیں اس لوبان پر ۴۱ بار ''سورۂ فلق'' پڑھ کر دم کریں۔ عصر اور مغرب کے درمیان اپنے گھر میں اس لوبان کی دھونی دیں، دھونی روزانہ ایک وقت مقرر کر کے ۴۱ روز تک دیں۔

معاشرے کی اصلاح

(زوہیب علی ..... اسلام آباد)

مسئلہ = میں بہت حساس طبیعت کا مالک ہوں اور اپنی قوم کی حالت پر کڑھتا رہتا ہوں۔ اگر ہماری قوم کی حالت یوں ہی رہی تو ہم برباد ہو جائیں گے، ڈاکٹر فہد آرتانی صاحب! آپ یہ فرمائیں کہ اچھا اور مثالی معاشرہ کس طرح قائم کر سکتے ہیں؟ فرداً فرداً اور اجتماعی طور پر ہمیں کیا کرنا چاہئے؟ وہ کون سے اصول ہیں جن پر عمل کر کے ہمارے اندر کا انسان بیدار ہو سکے گا اور ہم صراط مستقیم کی راہ پر چلنے لگیں گے؟

جواب = سب سے پہلے انسان کو خود اپنی اصلاح کرنی چاہئے پھر اپنے قریبی رشتہ داروں اور دوستوں کی اصلاح کی کوشش کرنی چاہئے۔ اللہ تعالیٰ کے ارشاد کے مطابق ''اگر مسلمان قوم میں سے تفرقہ بازی ختم ہو جائے اور مسلمانوں میں اسلام کی روح اجتماعیت کا غلبہ ہو جائے تو سارے مسائل از خود حل ہو جائیں گے۔''

ہماری حالت یہ ہے کہ ہر فرد قوم کے غم میں مبتلا ہے لیکن اپنی اصلاح کی طرف توجہ نہیں دیتا۔ جو خود منافق ہے وہ دوسروں کی کس طرح اصلاح کر سکتا ہے۔ جو خود جھوٹا، مکار، دنیا پرست ہے وہ کیسے دوسروں کو سچ، عاجزی، مروت اور قناعت کی ترغیب دے سکتا ہے۔ یہی وہ مرض ہے جس کا علاج ہو جائے تو معاشرہ سدھر سکتا جائے گا۔

''اللہ الودود''

(عبدالسلیم حق ..... راولپنڈی)

مسئلہ = میں ایک سرکاری ادارے میں آفیسر کی حیثیت سے ملازم تھا ریٹائر ہونے کے بعد بچوں کی کفالت کی خاطر بچوں کو ٹیوشن پڑھاتا ہوں۔ اللہ کا شکر ہے کہ فی الحال تو سیٹ ہوں لیکن عمر کے ساتھ ساتھ میری ذہنی حالت لوگوں کے لئے ناقابل برداشت ہو رہی ہے۔ اس کی بڑی وجہ میرا انتہائی غصہ ہے، مجھے بات بے بات ہر وقت غصہ آتا ہے، مزاج چڑ چڑا ہو جاتا ہے، کوئی بھی کام میری مرضی کے خلاف ہو جائے تو ایک طوفان کھڑا ہو جاتا ہے۔ دفتری لوگ تو میرے غصے کو مجبوراً برداشت کرتے تھے لیکن اب ریٹائرمنٹ کے بعد میرے گھر والوں کے ساتھ ساتھ میرے سوشل حلقے میں بھی دشواریاں پیش آ رہی ہیں۔ آپ سے دعا کے ساتھ ساتھ روحانی علاج کا درخواستگار ہوں کہ اللہ غصے کو ختم کر کے میرے اندر محبت اور پیار پیدا کر دے۔

جواب = انتہائی غصے کے پیچھے کئی عوامل کارفرما ہوتے ہیں جن میں سخت گیر ماحول، احساس محرومی یا احساس برتری اور جذبہ اقتدار شامل ہیں لہٰذا غصہ ختم کرنے کے لئے آپ جب بھی پانی یا کوئی بھی مشروب پئیں اس پر تین بار درود شریف پڑھ کر گیارہ مرتبہ ''اللہ الودود'' پڑھ کر دم کر کر پیا کریں۔ میری دعا ہے کہ اللہ آپ کو محبت اور پیار کا نمونہ بنائیں۔

پریشانی

(زینت رحمٰن ..... لاہور)

مسئلہ = میری شادی کو آٹھ سال ہو گئے ہیں، شادی کے ابتدائی ایام بہت ہی خوشی سے گزر رہے تھے اللہ نے اولاد کی نعمت سے بھی نوازا ہے جس کے لئے میں ہر وقت شکر گزار رہتی ہوں۔ پچھلے کئی ماہ سے میرے شوہر کی حالت بڑی تکلیف دہ ہے، وہ بات بے بات مجھے ڈانٹتے رہتے ہیں، کبھی کبھی بات مار پیٹ تک پہنچ جاتی ہے میں اپنی طرف سے پوری کوشش کرتی ہوں کہ کوئی کوتاہی نہ ہو۔ ہماری اس پریشان کن کیفیت سے ہمارے بچے بھی احساس بیزاری کا شکار ہیں خدا کے لئے کوئی روحانی علاج بتا دیں تا کہ ہمارا گھر اجڑنے کے بجائے سکون کا مسکن بن جائے۔

جواب=جب آپ کے شوہر رات کو گہری نیند سو جائیں تو ان کے سرہانے کھڑے ہوکر ''سورہ لھب'' پوری سورۃ پڑھ کر اپنے مقصد کے لئے اللہ سے دعا کریں۔ سورہ لھب کی تلاوت اتنی بلند آواز سے کی جائے کہ ان کی نیند خراب نہ ہو۔ ساتھ ہی ''محفل دعا'' میں بھی دعا کی جائے گی۔ تمام ایسی خواتین جن کو یہ مسئلہ درپیش ہے اس عمل سے استفادہ کرسکتی ہیں' عمل کی مدت اکتالیس دن ہے' ناغہ کے دنوں کا بعد میں شمار کرلیں۔

امتحان میں کامیابی

(سبین حامد ..... کراچی)

مسئلہ=جناب فہد آرتانی صاحب! میں میٹرک کی طالبہ ہوں ابھی تک اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے ہر امتحان میں اچھے نمبروں سے پاس ہوتی آئی ہوں اب انشاء اللہ میٹرک کا امتحان دوں گی۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج بتائیں جس سے میں اعلیٰ پوزیشن کے ساتھ پاس ہوجاؤں۔

جواب=میری دعا ہے کہ اللہ آپ کو اچھے نمبروں سے پاس کرے۔ روزانہ رات کو سونے سے پہلے تین سو مرتبہ ''اللہُ السلامُ العزیزُ'' پڑھ کر ایک گلاس پانی پر دم کریں اور اپنے مقصد کے لئے دعا کرکے پانی پئیں۔ نتیجہ آنے تک یہ عمل جاری رکھیں۔

رشتوں میں رکاوٹ

(ثمینہ وہاب ..... کراچی)

مسئلہ=میری عمر ستائیس سال ہے' بی۔اے کی طالبہ ہوں۔ اللہ نے اچھی صورت کے ساتھ ساتھ اچھے والدین کی تربیت بھی دی ہے جس کے لئے میں ہر وقت شکر گزار رہتی ہوں۔ مجھ سے بڑی اور چھوٹی بہنوں کی شادی ہوگئی ہے اور وہ اپنے اپنے گھروں میں خوش بھی ہیں لیکن معلوم نہیں کہ میری شادی میں کیا رکاوٹ ہے' رشتہ آتا ہے لیکن واپس جانے کے بعد دوبارہ جواب نہیں دیتے۔ میں اپنے مستقبل سے مایوس ہوکر آپ کو اللہ کا واسطہ دیتی ہوں کہ میرے لئے کوئی روحانی علاج تجویز فرمائیں تاکہ میرے والدین میری ذمہ داری سے بھی باآسانی سبکدوش ہوسکیں۔

جواب=ایسی تمام خواتین جن کی شادی میں کوئی رکاوٹ ہو یا کوئی معقول رشتہ نہیں آرہا ہو' ان کو ہدایت کی جاتی ہے کہ عشاء کی نماز کے بعد تین سو مرتبہ ''اللہُ الوھاب'' پڑھ کر اپنے مقصد کے لئے دعا کریں۔ ساتھ ہی ماہنامہ ''روشنی'' میں دیا گیا ''تعویذ حل المشکلات'' استعمال کریں انشاء اللہ اس عمل سے اللہ تعالیٰ سب پر اپنا فضل کرے گا۔ عمل کی مدت تین ماہ ہے' ناغہ کے دن بعد میں پورے کرلیں۔

روحانی عمل

(مبین احمد ..... جہلم)

مسئلہ=میرا ایک چھوٹا سا کاروبار ہے اللہ کا شکر ہے کہ ابھی تک کوئی پریشانی نہیں تھی لیکن چند ماہ سے ہمارے کاروبار میں نقصان ہوتا جارہا ہے' جس کی وجہ سے مزاج ہر وقت چڑچڑا رہتا ہے۔ میرے چھ بچے ہیں سب کے سب اسکول میں پڑھتے ہیں۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی عمل بتادیں کہ اللہ تعالیٰ میرے کاروبار میں ترقی دے۔

جواب=روزانہ نماز عشاء کے بعد اکتالیس مرتبہ اوّل و آخر درود شریف کے ساتھ ''آیت الکرسی'' پڑھ کر دعا کیا کریں۔ نوے دن کے اس عمل سے آپ کے کاروبار میں ترقی ہوگی انشاء اللہ۔ ہر جمعرات کو گیارہ روپے خیرات کردیا کریں۔

اولاد سے محرومی

(سمیرا رشید ..... سیالکوٹ)

مسئلہ=میری شادی کو آٹھ سال ہوگئے ہیں، شوہر بہت خیال کرتے ہیں، اللہ کا دیا سب کچھ ہے، ہر وقت شکر گزار رہتی ہوں۔ بس خدا کی نعمتوں میں سے ایک کمی محسوس ہوتی ہے وہ نعمت اولاد ہے۔ ہر نماز کے بعد اللہ سے دعا کرتی ہوں شوہر کو بھی یہ ہی بات کبھی کبھی افسردہ کردیتی ہے۔ اللہ کے ہر کام میں مصلحت ہوتی ہے ہم میاں بیوی نے میڈیکل چیک اپ بھی کرایا' رپوٹیں بالکل صحیح ہیں اب اللہ سے دعا گو ہوں اور آپ سے روحانی علاج کی طالب ہوں' امید ہے مایوس نہیں کریں گے۔

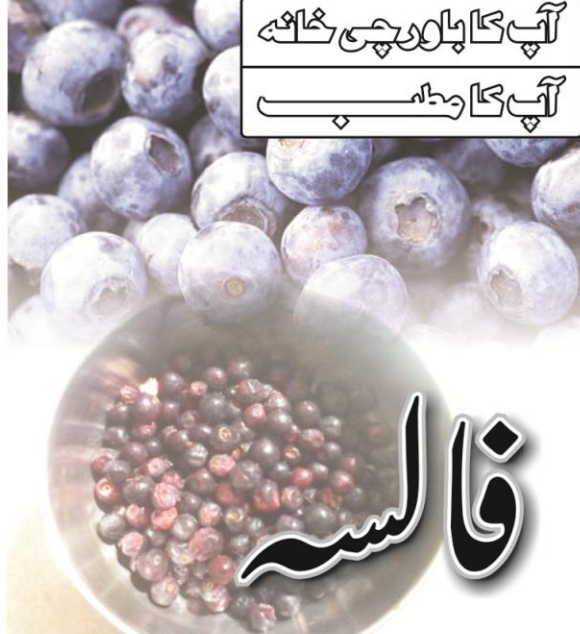
حل=میری دعا ہے کہ اللہ آپ کو اولاد کی نعمت اور دولت سے مالا مال کردے (آمین) روزانہ رات سونے سے پہلے اکیس دفعہ ''اللہُ الخالقُ المتین'' پڑھ کر پانی پر دم کریں اور وہی پانی پئیں۔ نوے دن کے اس عمل سے انشاء اللہ آپ کا مسئلہ حل ہوجائے گا' ناغہ کے دنوں کا شمار بعد میں کرلیں۔

کاروبار میں ترقی

(شکیل احمد ..... کراچی)

مسئلہ=میں عرصہ دراز سے ایک چھوٹی سی دکان چلاتا ہوں جس سے میں اپنے بچوں کی کفالت کرلیتا ہوں۔ پچھلے چند ماہ سے ہماری تجارت اور دکانداری میں منافع کی بجائے خسارہ ہورہا ہے' جس کی وجہ سے میں ہر وقت پریشان رہتا ہوں، دن بدن قرضہ میں بھی اضافہ ہورہا ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ کوئی روحانی علاج بتادیں جس سے میرے اوپر کا سارا قرضہ ختم ہوجائے اور کاروبار میں ترقی ہو جواب کا انتظار رہے گا۔

جواب=اوّل و آخر ایک ایک مرتبہ درود شریف' ایک بار بسم اللہ الرحمٰن الرحیم اور تین سو تینتیس بار ''اللہُ الفتاحُ الکریم'' سونے سے پہلے پڑھ کر دعا کریں اور بات کئے بغیر سو جائیں۔ جب آپ کا مقصد پورا ہوجائے تو بچوں میں شیرینی تقسیم کردیں' ہر جمعرات کو گیارہ روپے خیرات کردیا کریں۔

نوٹ: اپنے مسئلے کے روحانی حل کے لئے مسئلہ صاف کاغذ پر لکھ کر روانہ کریں۔ لفافے پر " آپ کے مسائل اور ان کا روحانی حل " ضرور لکھیں۔

عربی: فالسہ فارسی: پالسہ سندھی: بھارواں

اردو: فالسہ انگریزی: Grewia Asiatica, Phalsa

فالسہ ابتداء میں سبز پھر سرخ اور آخر میں سیاہی مائل ہوجاتا ہے۔ اس کا ذائقہ شیریں و ترش ہوتا ہے' اس کے پھول زرد ہوتے ہیں۔ اس کا مزاج سرد دوسرے درجے میں اور تر درجہ اول میں ہوتا ہے' اس کی مقدار خوراک تین تولہ سے ایک چھٹانک تک ہوتی ہے۔

فالسہ کے فوائد

☆ فالسہ مقوی دل ہوتا ہے۔

☆ فالسہ معدہ اور جگر کو طاقت دیتا ہے۔

☆ یہ پیاس بجھاتا ہے۔

☆ پیشاب کی سوزش کو ختم کرتا ہے۔

☆ یہ مبرد اور قابض ہوتا ہے۔

☆ گرمی کے بخار کو فائدہ دیتا ہے۔

☆ فالسہ کا پانی نکال کر اس سے شربت بنایا جاتا ہے۔

☆ اختلاج القلب اور خفقان کو بے حد مفید ہوتا ہے۔

☆ فالسے کا رب بھی بنایا جاتا ہے جس کو معدہ کی قوت کے لئے استعمال کیا جاتا ہے۔

☆ فالسے کی جڑ کا چھلکا سوزاک اور ذیابیطس میں استعمال کرانا مفید ہوتا ہے' مقدار خوراک ایک ماشہ ہمراہ پانی صبح وشام۔

☆ فالسے کے پانی سے غرارے کرنے سے خناق کو فائدہ ہوتا ہے۔

☆ یہ صفراوی اسہال' ہچکی اور قے کو بند کرتا ہے۔

☆ تپ دق میں فالسے کا استعمال بے حد مفید ہوتا ہے۔

☆ معدے اور سینے کی گرمی اور جلن کو دور کرتا ہے۔

☆ دل کی دھڑکن اور خاص طور پر بے چینی کو دور کرتا ہے۔

☆ کھٹا اور نیم پختہ فالسہ استعمال نہیں کرنا چاہئے۔

☆ عورتوں کی مخصوص بیماریوں مثلاً لیکوریا (سیلان الرحم) میں مفید ہوتا ہے۔

☆ ذیابیطس کے لئے فالسے کا درخت کا چھلکا پانچ تولے اور کوزہ مصری تین تولے لے کر چھلکے کو رات پانی میں بھگودیں اور صبح مصری ملا کر مریض کو ایسی ہی خوراک پانچ روز تک پلانا بے حد مفید ہوتا ہے۔ اس سے ذیابیطس (شوگر) پر کنٹرول ہوجاتا ہے۔

☆ فالسہ مصفیٰ خون بھی ہے۔

☆ فالسے کا شربت بنانے کا آسان طریقہ درج ذیل ہے۔ آدھا سیر پختہ فالسہ' ایک سیر چینی۔ پہلے فالسے کو پانی میں خوب رگڑ کر چھان لیں اور چینی ملا کر قوام تیار کریں' جب قوام گاڑھا ہوجائے تو شربت تیار ہے۔ ٹھنڈا کر کے بوتلوں میں بند کرلیں' یہ شربت مقوی معدہ ودل ہوتا ہے' جگر کی حرارت کو تسکین دیتا ہے' قے' دستوں اور پیاس کو فائدہ دیتا ہے۔

☆ جن کا معدہ بوجھل رہتا ہو طبیعت متلاتی ہو اور کھانے کی نالی میں جلن محسوس ہوتی ہو ایک پاؤ فالسہ کا پانی نکال کر تین پاؤ چینی ملا کر گاڑھا شربت تیار کریں یہی شربت تین بڑے چمچے ہر کھانے کے بعد چاٹنے سے بے حد فائدہ ہوتا ہے۔

☆ فالسے کے درخت کی چھال کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے کر کے ایک چھٹانک میں آدھا چھٹانک بنولہ کوٹ کر دونوں کو ایک سیر پانی میں بھگودیں دو دفعہ مل چھان کر پھیکا یا نمک ملا کر پلانے سے ذیابیطس شکری کنٹرول ہوجاتی ہے۔

☆ پھوڑے پھنسیوں پر فالسے کے پتے رگڑ کر لگانے سے فوراً فائدہ ہوتا ہے۔

☆ فالسے کو دو روز سے زیادہ بغیر فرج کے نہیں رکھا جاسکتا' خراب ہوجاتا ہے۔

☆ تیز بخاروں میں فالسہ کا جوس دینے سے مریض کی تسکین ہوتی ہے۔

☆ فالسے کے بیج قابض ہوتے ہیں اور سدہ پیدا کرتے ہیں۔

☆ اس کی جڑ کی چھال کا جوشاندہ بنا کر پینا جوڑوں کے درد میں بے حد مفید ہوتا ہے۔

☆ فالسے کا شربت فساد خون کو بے حد مفید ہوتا ہے۔

☆ فالسے کی جڑ کی چھال دو تولے رات کو بھگو کر صبح اس کا پانی پینے سے سوزاک' سینے کی جلن اور پیشاب کی سوزش دور ہوتی ہے۔

☆ فالسے کا متواتر استعمال خون اور صفرا کی تیزی کو دفع کرتا ہے۔

☆ فالسے کے پتے' بیج اور رس' ان میں کسی ایک کو پانی میں رگڑ کر پینے سے مثانے کی گرمی دور ہوتی ہے۔

☆ فالسہ سرد مزاج والوں کے لئے نقصان دہ ہوتا ہے۔

کامیابی کی جانب قدم بڑھائیے

مسکراہٹ

زندگی کا مقصد زندہ دلی ہے، دل میں ولولہ ہے، خیالات میں تازگی اور احساسات میں زندگی ہے تو مسکرانا آسان ہے، سنجیدہ اور پژمردہ چہروں میں کوئی کشش نہیں ہوتی اور پھر ایک مسکراہٹ کی قیمت ہی کیا ہے؟

آپ کو مسکرانے کے لئے کسی خاص قیمت یا جدوجہد کی کوشش نہیں کرنا پڑتی لیکن آپ کی ایک مسکراہٹ زندگی کو بہت سی دلکشی اور زندہ دلی عطا کرتی ہے۔ مسکراہٹ لوگوں کے دلوں کو پیاری طرف متوجہ کر دیتی ہے کیونکہ دنیا مسکراہٹ سے محبت کرتی ہے۔ اس لئے موقع کی مناسبت سے خوب مسکرائیے۔ صرف مسکرائیے ہی نہیں بلکہ مسکراہٹ سے صحیح معنوں میں لطف اندوز ہوئیے۔

مسکراہٹ آپ کی شخصیت میں بڑی دلکشی پیدا کر دیتی ہے۔ مسکراہٹ آپ کے غموں کی پردہ پوشی کرتی ہے، آپ کے احساسات کی رازداری کرتی ہے، شک وشبہ کے خیالات کو دور کر کے محبت اور دوستی کے رشتہ کو استوار کرتی ہے اور پھر خود آپ کی صحت وتندرستی کے لئے یہ مفید ہے۔ مسکراتے ہوئے چہرے ہمیشہ صحت مند معلوم ہوتے ہیں۔

احساس کمتری پر قابو

ہاں لیکن کیسے؟ آپ فوراً سوال کریں گے۔ ہر وقت اپنے بارے میں سوچنا اور دوسروں سے اپنا موازنہ کرنا بُری عادت ہے، سارے انسان یکساں نہیں ہوسکتے۔ ہر ایک کی انفرادی خوبیاں علیحدہ ہوتی ہیں۔ ہمیشہ خود کو یقین دلائیے کہ آپ خوبیوں کے لحاظ سے کسی سے کم نہیں ہیں۔ ممکن ہے دوسروں میں جو خوبیاں ہیں وہ آپ میں نہ ہوں لیکن اسی کے ساتھ جو خوبیاں آپ کی ذات میں ہیں وہ دوسروں میں نہیں ہیں اس لئے اپنی قدر کیجئے۔ آپ کی انفرادی خوبیاں بلاشبہ قابل قدر ہیں۔ ممکن ہے آپ زیرک نہ ہوں لیکن دنیا میں لاتعداد انسان ایسے ہیں جو زیرک نہیں۔ ممکن ہے کہ آپ ذہانت اور دانشمندی میں کسی کا مقابلہ نہ کر سکتے ہوں لیکن ہزاروں افراد ایسے ہیں جو عقل و دانش میں دوسروں سے مقابلہ نہیں کر سکتے لیکن اس کے باوجود آپ میں بیش بہا قوتیں اور توانائیاں موجود ہیں۔ اگر آپ زندگی میں ان کو استعمال کرنا شروع کر دیں تو یہ قوتیں آپ کی شخصیت کو بلند ترین مقام اور کامیاب ترین درجہ عطا کر سکتی ہیں۔ خود تاثری اس سلسلے میں آپ کی بہت مدد کر سکتی ہے۔

جب آپ آرام سے بستر پر لیٹ جائیں تو تصور میں پورے اعتماد کے ساتھ لوگوں سے ملئے اور جب سونے لگیں تو اس خیال کو دل میں لے کر سوئیے کہ

”ہر جگہ ہر طریقے سے میری قوت اعتماد دن بدن قوی تر ہوتی جارہی ہے۔“

احساس کمتری دراصل ہر وقت اپنے بارے میں سوچتے رہنے کے سبب پیدا ہوتا ہے۔ جتنا زیادہ ہم اپنی ذات کا جائزہ وموازنہ کریں گے اتنی زیادہ احساس کمتری کی جڑیں استوار ہوتی جائیں گی۔ اس لئے اگر احساس کمتری کو ختم کرنا ہے تو خود اس کی جڑوں کو کاٹ ڈالئے۔ اپنی کمزوریوں وذاتی کوتاہیوں کے بارے میں سوچ کر دل گرفتہ ہونا لاحاصل ہے۔ جو آپ اس وقت ضائع کرتے ہیں اگر وہی اپنی ذات اور شخصیت کی تکمیل میں صرف کریں تو بہت جلد ترقی وکامیابی کی منزلوں کو طے کر سکتے ہیں۔ اس لئے تہیہ کر لیجئے کہ فرصت کا ہر لمحہ آپ اپنی شخصیت کو پروان چڑھانے میں صرف کریں گے۔ اگر ضرورت پڑے تو متعدد بار اپنی راہوں کو تبدیل کریں گے یہاں تک کہ منزلِ مراد تک پہنچنے کے لئے صحیح راہ مل جائے۔

کمتری، خوف، گوشہ نشینی اور شبہات کی دنیا سے نکل کر اگر آپ زندگی کی روشن اور ہنگامہ خیز راہوں پر گامزن ہوجائیں اگر آپ کے دل میں ترقی کرنے، حصول مقصد اور زندگی کا صحیح جذبہ و ولولہ پیدا ہوجائے تو پھر آپ کی کامیابیوں کی راہ میں کچھ بھی حاصل نہیں ہوسکتا۔ اپنے مختصر سے حلقہ زندگی سے باہر نکل آئیے۔ دنیا کی جدوجہد میں بھرپور طریقے سے شریک ہوجائیے۔ اب آپ زندگی کی صحیح مسرتوں سے لطف اندوز ہوسکیں گے۔

گفتگو میں شرکت

معاشرتی زندگی کے لئے ضروری ہے کہ آپ فنِ گفتگو سے واقف ہوں۔ اس پر عمل پیرا ہو کر آپ اپنے احساس کمتری کو بہ آسانی کچل سکتے ہیں۔ ممکن ہے آپ کو معلوم کر کے تعجب ہو لیکن یہ حقیقت ہے کہ گفتگو سننے والے ہی فن

گفتگو کے ماہر ہیں۔ آپ جتنا زیادہ لوگوں کی گفتگو سنیں گے اتنا ہی زیادہ گفتگو کرنے پر قادر ہوجائیں گے۔ ہم سب کے اندر خود پرستی کا مادہ ہوتا ہے ہم سب اپنے اور اپنی دلچسپیوں کے بارے میں بات کرنا اور سننا پسند کرتے ہیں۔ اس لئے گفتگو کو دلچسپ بنانے کے لئے دوسرے کی دلچسپیوں کو ضرور ملحوظ رکھنا چاہئے۔ آپ دو تین سوالوں میں ہی دوسرے کی دلچسپیوں اور پسند کے بارے میں اندازہ کرسکتے ہیں اور جب یہ معلوم ہوجائے تو اسے موقع دیجئے کہ وہ اپنے بارے میں گفتگو کرے اور اس کی گفتگو کو غور و دلچسپی سے سنئے۔ دیکھئے کتنی جلدی آپ فن گفتگو پر عبور حاصل کرلیتے ہیں۔

یاد رکھئے کہ جس سے آپ گفتگو کررہے ہیں اسے آپ کی ذات اور آپ کے مسائل سے سو گنا زیادہ اپنی ذات' اپنی خواہشات اور اپنے مسائل سے دلچسپی ہے۔ افریقہ کے لاتعداد زلزلوں کے مقابلے میں اسے اپنی گردن کے ایک پھوڑے کی تکلیف کا احساس زیادہ ہے۔ اس لئے جب آپ اس سے گفتگو کریں تو اس کی ذات اور خواہشات کا زیادہ خیال رکھیں۔ یاد رکھئے کہ کوئی شخص یہ نہیں پسند کرتا کہ اس کی بات رد ہوجائے یا اس کے الفاظ غیر موثر ثابت ہوں۔ اس لئے اگر آپ معاشرے میں اچھی طرح گھل مل جانا چاہتے ہیں تو کبھی اس سے مت ڈریئے کہ آپ بحث میں ہار جائیں گے۔ آپ کو اپنی ہار کا اتنا احساس نہیں ہوگا جتنا دوسرے کو۔ لہٰذا بہتر ہے کہ دوسرے کو احساس شکست نہ ہونے دیجئے۔ جب بھی بولئے صاف اور واضح لہجے میں بولئے۔ جملے کے اختتام پر لہجے کا مدہم ہوجانا ضروری ہے۔ گفتگو کرتے ہوئے لہجہ مدہم یا مبہم نہ ہو' کسی جھجک یا خوف سے لبوں کو بند مت رکھئے۔ ان کو استعمال کیجئے اور بے تکلفی کے ساتھ گفتگو میں شرکت کیجئے۔ کسی بات کو دہرایئے نہیں نہ ہی پرانی اور فرسودہ باتوں اور اپنے تجربات کا بار بار ذکر کیجئے۔ آپ کی گفتگو میں انفرادیت اور جدت ہونی چاہئے۔ آپ کے موضوع میں دلچسپی ہونی چاہئے اور آپ کے انداز گفتگو میں کشش ہونی چاہئے۔ خاموشی کو توڑ ڈالئے' کسی بھی صحبت یا محفل میں خاموشی یا سکوت بہت جلد لوگوں پر اُکتاہٹ طاری کردیتا ہے اور احساسات پر بوریت اور بدمزگی چھا جاتی ہے۔

ملنے جلنے کا مقصد ہی یہی ہے کہ گفتگو کی جائے' تبادلہ خیال ہو اور ہم دوسروں کی سنیں کچھ اپنی بھی کہیں۔

دوسروں کی اہمیت

یہ اصول اپنے اندر سحر کی سی کشش رکھتا ہے اور اگر اس پر عمل کیا جائے تو بہت جلد ہر دلعزیزی حاصل ہوسکتی ہے۔ ذرا سوچئے کہ جب کوئی آپ کو سراہتا ہے اور آپ کی ذاتی خصوصیات کی تعریف کرتا ہے تو آپ خوشی سے کتنا پھول جاتے ہیں۔ جب کوئی آپ کی کامیابی پر مبارکباد دیتا ہے تو آپ کا دل کس طرح فخر سے ناچ اٹھتا ہے۔ پھر کیوں نہ آپ بھی دوسروں کو سراہیں؟ کیوں نہ دوسروں کے دلوں کو بھی اسی فخر و مسرت کے احساس سے شاد کریں؟ کسی کی جائز تعریف کرنے میں آپ کا خرچ ہی کیا ہوتا ہے لیکن اس کی اہمیت بہت بڑھ جاتی ہے۔ اس کا مقصد یہ ہرگز نہیں ہے کہ آپ بے جا تعریف' خوشامد یا چاپلوسی شروع کردیں' لوگ خوشامد اور سچی تعریف میں فوراً امتیاز کرلیتے ہیں۔ اس سے ہمیشہ پرہیز کیجئے۔ جو کچھ آپ سچائی کے ساتھ اپنے دل میں محسوس کریں' اسی کو خلوصِ دل سے سراہئے اور اگر آپ غور کریں تو ہر شخص کی ذات میں کچھ خوبیاں قابل تعریف ہوتی ہیں۔ نئے ملنے والوں میں ہر دلعزیزی حاصل کرنے کے لئے ایک اصول یہ بھی ہے کہ ان کے نام یاد رکھئے۔ جب آپ کسی سے متعارف ہوں اس کا پورا نام خاص طور پر ذہن نشین کرلیجئے اگر ضرورت ہو تو اس سے پوچھ لیجئے اور پھر جب دوبارہ ملے تو اس کا نام دہرایئے تاکہ وہ محسوس کرے کہ آپ نے اسے یاد رکھا اور اس طرح اس کو احساس ہوگا کہ آپ نے اس کی ذات کو خصوصی اہمیت دی۔

ظاہری حالت

اس کا یہ مطلب نہیں ہے کہ آپ شہر میں سب سے زیادہ خوش پوش مرد یا عورت بننے کی کوشش شروع کردیں بلکہ جہاں تک ممکن ہو موقع کی مناسبت سے لباس پہنئے۔ صاف ستھرا اور باقاعدہ پہنئے۔ صرف لباس ہی نہیں' آپ کا جسم بھی صاف ہونا چاہئے۔ آپ کی معاشی حالت جس مناسبت سے اجازت دے' اسی کے اندر لباس خریدیئے۔ لیکن لباس ہمیشہ موزوں ہو اور آپ کے جسم پر فٹ ہو۔ اس طرح نہ صرف آپ کا ظاہری حلیہ دیدہ زیب معلوم ہوگا بلکہ آپ خود بھی آرام محسوس کریں گے۔ لوگ آپ کی ظاہری حالت وصورت سے ہی آپ کا اندازہ کرتے ہیں۔ یہ قول یاد رکھئے کہ ''انسان کی ہر چیز صاف ہونی چاہئے۔ اس کی صورت' اس کے کپڑے' اس کے خیالات اور اس کی روح۔''

آداب مجلس

اگر آپ آداب مجلس کے سلسلے میں دقت محسوس کرتے ہوں تو اس موضوع پر کتابوں کا مطالعہ کیجئے۔ جب کبھی کوئی گفتگو کررہا ہو' درمیان میں ہرگز مت ٹوکئے' کبھی سختی کے ساتھ تردید مت کیجئے۔ آپ کو اختلاف بھی ہے تو اس طرح کہئے کہ ممکن ہے کہ آپ کا خیال صحیح ہو لیکن افسوس ہے کہ مجھے اس سے اتفاق نہیں ہے یا میرے خیال میں یہ بات

ارشاد باری تعالیٰ ہے

کامیاب لوگ

☆ مومنو! خدا سے ڈرا کرو اور بات سیدھی کہا کرو ○

☆ وہ تمہارے سب اعمال درست کردیگا اور تمہارے گناہ بخش دے گا۔ اور جو شخص خدا اور اس کے رسول ﷺ کی فرمانبرداری کرے گا تو بے شک بڑی مراد پائے گا ○

سورۃ الاحزاب آیت ۷۰ ۔ ۷۱

یوں ہے۔ وقت کی پابندی اپنا اصول رکھئے ۔ انتظار کی زحمت ہر ایک پر ناگوار گزرتی ہے۔ رخصت ہوتے ہوئے میزبان کا شکریہ ادا کرنا مت بھولئے اور اگر اس پر زیادہ گہرا اثر چھوڑنا چاہتے ہیں تو بعد میں تحریری طور پر بھی اپنے تشکر کا اظہار کردیجئے۔ یہ تمام باتیں بظاہر بہت معمولی ہیں لیکن معاشرتی زندگی کی کامیابی کی تمام تر بنیادیں اسی پر رکھی ہوئی ہیں۔

ہمدردی اور خلوص

ہمدردی اور خلوص میں بڑی تاثیر ہے' سچی ہمدردی اور دلی خلوص دل کی گہرائیوں میں جگہ بنالیتا ہے' اگر ہم خود کو دوسروں کی جگہ رکھ کر اس کی مشکلات کا اندازہ کریں تو بہت جلد اس سے ہمدردی محسوس کرسکتے ہیں۔ ہمدردی اور خلوص دوسروں کے زخموں کو مندمل کردیتا ہے۔

دنیا کا ہر انسان ہمدردی کا بھوکا ہے۔ اس کی یہ پیاس بُجھا کر آپ اس کی محبت بہ آسانی حاصل کرسکتے ہیں۔ مثل ہے کہ ''ان کی مسرتوں میں خوش ہو اور ان کے غموں میں آنسو بہاؤ۔'' انسانی خلوص اور ہمدردی کا صحیح مقصد یہی ہے۔ لوگوں کی خوشیوں اور غموں میں شریک رہ کر ہی ان کے دلوں کی محبت اور خلوص میں شرکت کی جاسکتی ہے۔

انفرادی کشش

زندگی کا مقصد یہی ہے کہ آپ اپنے ہر کام میں زندگی پیدا کریں

ایک موسیقار' ایک شاعر' ایک ادیب' ایک فنکار یا فنکارہ یہ سب کیوں عوام میں مقبول ہوجاتے ہیں؟ صرف اس لئے کہ ان کے اندر ایک انفرادی اور فنی صلاحیت ہوتی ہے۔ ایسی صلاحیت جو دوسروں کی دلچسپی کا باعث بن جاتی ہے' جو کسی دل کشی کا سبب ہوجاتی ہے' جس کے سبب لوگ خود بخود ان کی طرف کھنچ آتے ہیں۔ ایسی کوئی نہ کوئی صلاحیت ہر انسان میں موجود ہوتی ہے۔ آپ میں بھی ہے۔ اس کو پروان چڑھایئے' اس کا مظاہرہ کیجئے۔ لوگ آپ کی طرف خود راغب ہوں گے اور آپ لوگوں کی نگاہوں کا مرکز بن جائیں گے۔ زندگی کا مقصد یہی ہے کہ آپ اپنے ہر کام میں زندگی پیدا کریں۔ زندگی زندہ دلی کا نام ہے۔ زندہ دلی زندگی کی سب سے بڑی کشش ہے۔ زندہ دل ہمیشہ دوسروں کی خوشی کا باعث ہوتے ہیں اس لئے مقبول ہوتے ہیں۔

(محمود ایاز......جھنگ)

RD9612

حقیقت صرف ہم جانتے تھے

دو سال پہلے کا ذکر ہے میں اپنے چچا کے گھر بہاولپور میں پڑھائی کے سلسلے میں گیا ہوا تھا چچا کا گھر اسٹیشن کے بہت قریب واقع تھا۔ وہیں میرا ایک دوست سلمان بھی رہتا تھا میں فارغ وقت میں اس کے ساتھ اسٹیشن پر چلا جاتا تھا وہ ریل کی آمدورفت کے مناظر سے لطف اندوز ہوتا تھا۔ اسٹیشن سے ذرا دور پٹریوں کے قدرے کم آبادی کا علاقہ تھا ہم کبھی کبھی اس راستے سے گزرتے تھے۔ وہاں ایک بڑا پرانا مکان تھا جس کے بارے میں مشہور تھا کہ اس میں آسیب ہے جس کی وجہ سے مالک مکان اس کو چھوڑ کر کسی اور جگہ رہائش اختیار کئے ہوئے ہے۔ مالک مکان کا نام کبیر خان تھا ایک روز چھٹی والے دن میں سلمان کے گھر گیا اس کی طبیعت اچھی نہیں تھی اس کی والدہ نے اسے نکلنے نہیں دیا۔ میں کچھ دیر اس کے پاس بیٹھا پھر اکیلا ہی اسٹیشن کی طرف چل دیا۔ کبیر خان کے گھر والا راستہ اختیار کیا۔ مکان کے قریب پہنچا تو وہاں چند لوگوں کو کھڑے دیکھا۔ میں نے پاس جا کر پوچھا تو ایک شخص نے بتایا کہ کبیر خان مکان کی مرمت وغیرہ کروا کر اس میں رہائش اختیار کرنا چاہتا ہے وہ صحن میں لگے اس بیری کے درخت کو کٹوا رہا ہے جس کے بارے میں مشہور ہے کہ اس پر آسیب رہتا ہے۔ اس کے لئے وہ مولوی صاحب اور لکڑ ہارے کو بلانے گیا ہے۔ لوگوں نے اسے بہت منع کیا ہے مگر وہ ہر قیمت پر مکان میں رہنا چاہتا ہے۔

مجھے قدرتی طور پر اس تماشے سے دلچسپی ہوگئی میں بھی وہیں کھڑا ہوگیا وہ کم آبادی والا علاقہ تھا۔ وہاں میرے علاوہ چند لوگ ہی کھڑے تھے اور ذرا دیر بعد کبیر خان مولوی صاحب اور لکڑ ہارے کو لے کر پہنچ گئے۔ مولوی صاحب نے اندر جا کر پہلے درخت وغیرہ کا معائنہ کیا میں بھی مارے اشتیاق کے درخت کے پاس کھڑا ہوگیا تھا۔ مولوی صاحب نے درخت کے اردگرد دائرہ کھینچا اور خود مکان کی چوکھٹ پر جا کر بیٹھ گئے لکڑ ہارے سے کہنے لگے میں عمل شروع کر رہا ہوں جب میری شہادت کی انگلی درخت کی طرف اٹھے تو فوراً درخت کاٹنا شروع کر دینا۔ درمیان میں تم پر کسی بھی طرح کا دباؤ پڑے تم اپنا ہاتھ مت روکنا ورنہ تمہیں نقصان ہوجائے گا۔

لکڑ ہارا بھی جی دار ڈھونڈ کر لایا گیا تھا وہ کہنے لگا جناب میں ایسے کئی درخت کاٹ چکا ہوں جس پر بھوتوں کا سالوں سے بسیرا تھا مجھے ڈر ورنہیں لگتا اس پر جن بھوت کا شہر بھی آباد ہو اور وہ سب کے سب مجھ پر ایک ساتھ حملہ کر دیں میرا کچھ نہیں بگڑے گا مجھ پر میرے مرشد کا سایہ ہے۔

لکڑ ہارے کی جوانمردی نے مولوی صاحب تک کو حوصلہ دیا میں چند قدم اور آگے بڑھ آیا۔ دو چار افراد اور کبیر خان صحن میں کھڑے تھے انہوں نے مجھے آواز دے کر کہا ”کاکا پرے ہٹ کر کھڑے ہو درخت کا بھروسہ نہیں کس سمت جا پڑے“۔

مولوی صاحب کے چوکھٹ پر بیٹھ کر عمل پڑھنے کی مجھے ایک ہی وجہ سمجھ میں آئی کہ وہ خطرناک حالات میں سب سے پہلے بھاگ سکیں میں نے یہ بات پوچھ لی تو مولوی صاحب کہنے لگے۔

”کاکا میں جنوں کو یہیں دفن کرنا چاہتا ہوں وہ چوکھٹ سے فرار ہونے کی کوشش کریں گے میرا عمل ان کا چوکھٹ پر راستہ روکے گا۔“

یہ تماشہ میرے جیسے روشن ذہن لڑکے کے لئے بے حد دلچسپ تھا میں دلچسپی سے مولوی صاحب اور لکڑ ہارے کی حرکات و سکنات کو دیکھ رہا تھا۔ لکڑ ہارا چھ فٹ کا کسرتی بدن والا دیہاتی نوجوان تھا۔ مولوی صاحب کی صحت بھی ماشاءاللہ تھی۔ ان کی دائیں آنکھ میں سفید پھولا سا ابھرا ہوا تھا۔ وہ تہہ بند باندھے ہوئے تھے اسے لپیٹ کر چوکھٹ پر بیٹھ گئے اور انہوں نے عمل پڑھنا شروع کر دیا۔ ہم سب دم سادھے آنگن میں چپ چاپ کھڑے تھے۔ لکڑ ہارا اپنی آری کو ”تیار“ کی پوزیشن میں پکڑے مولوی صاحب کے اشارے کا منتظر تھا۔

مولوی صاحب نے اشارہ کیا اور زور زور سے عمل پڑھنا شروع کر دیا لکڑ ہارے نے پہلے آرے سے درخت کے اردگرد نشان لگا کر کاٹنے والی جگہ کا تعین کیا اور پھر کلہاڑی سے اس پر وار کرنے لگا۔ چند وار ہی کئے ہوں گے کہ درخت کے اندر سے رطوبت سی نکلنی شروع ہوگئی۔ کبیر خان نے لکڑ ہارے کی توجہ اس کی طرف کروائی خون جیسی گاڑھی گہرے براؤن رنگ کی رقیق اور لیس دار سی لکیر درخت کے اندر سے اس تیزی سے نکلنے لگی کہ لکڑ ہارا گھبرا گیا۔ اسے مولوی صاحب کی ہدایت تھی کہ تم اپنا کام مت روکنا وہ کلہاڑی چھوڑ کر آرے سے درخت کو کاٹنے لگا مگر وہ اتنا سخت تھا کہ لکڑ ہارا پسینے میں شرابور ہو گیا۔ اس نے آری ایک طرف پھینکی اور کلہاڑی پھر سے سنبھال لی جیسے ہی اس نے درخت پر مارنے کے لئے کلہاڑی سر سے اوپر اٹھائی۔ اس کا ہاتھ معلق رہ گیا اور کلہاڑی اچھلی اگر میں پرے نہ ہٹ جاتا تو میرے سر پر آ کر گرتی۔

ناقابل فراموش

اسے سب اتفاق سمجھے مگر لکڑ ہارے میں پہلا جیسا جوش وخروش نہیں رہا تھا لگتا تھا وہ کسی چیز سے ڈر گیا ہے اس نے کلہاڑی اٹھائی اور پھر سے درخت پر مارنے لگا۔ درخت جیسے ہار گیا وہ آہستہ آہستہ جھکنے لگا۔ مولوی صاحب متواتر پڑھ رہے تھے۔ کبیر خان بڑے فاتحانہ انداز میں اسے دیکھ رہا تھا' گمان یہی تھا کہ درخت جنوب کی طرف گرے گا ہم سب وہاں سے ہٹ کر مخالف سمت کھڑے تھے کہ جیسے درخت میں زلزلہ سا آ گیا وہ دائیں بائیں تیزی سے گھوما اور دھم سے ہماری طرف آن گرا۔ کبیر خان اس کی زد میں آ گیا ہمیں تو خدا جانے قدرت نے کیسے بچا لیا میں لمحہ بھر کے لئے چکرا سا گیا۔ کچھ پتہ نہیں چلا کہ کون گرا کون بھاگا مگر جب درخت کی گرد ہٹی تو عجیب منظر تھا لکڑ ہارا دیوار سے چپکا پڑا تھا اس کا سر خون خون ہو رہا تھا کبیر خان بے آواز درخت تلے دبا ہوا تھا اور مولوی صاحب چوکھٹ چھوڑ کر فرار ہو چکے تھے' دوسرے افراد بھی بھاگ نکلے' میں جب چوکھٹ عبور کرنے لگا تو میرے سر پر کسی نے ایسی زور کا تھپڑ رسید کیا کہ مجھے دن میں تارے دکھائی دے گئے میرا سر بھنا گیا۔ بعد میں دوسرے لوگوں نے بھی یہی بتایا مولوی صاحب تو ایسے بھاگے کہ مسجد میں جا کر دم لیا۔

لوگ اس واقعہ کو محض اتفاقی حادثہ سمجھے ہوں گے کہ درخت کبیر خان پر گرا وہ ہلاک ہو گیا۔ لکڑ ہارے کی کلہاڑی اچھلی ہو گی اور لکڑ ہارے کے سر پر لگی ہو گی وہ اس لئے ہلاک ہو گیا تھا مگر حقیقت صرف اللہ ہی جانتا ہے۔

اس واقعہ کے بعد اس مکان میں دوبارہ تالا لگ گیا اور کبیر خان کے گھر کے کسی فرد میں اتنی جرات نہ ہوئی کہ اس میں جا کر رہے خود میرا سر کئی روز تک بھنا تا رہا تھا۔

(کاشف انور......لیہ)

J930818

قبر والا مہمان

میرا دوست نعیم بڑا خوش طبع تھا اسکول کالج کے زمانے میں ہم دونوں ساتھ ساتھ رہے تھے۔ نعیم اپنے بڑے بھائی کے ساتھ کاروبار میں شریک ہو گیا تھا مجھے ساہیوال میں ایک اسکول میں پرنسپل کی جگہ مل گئی دونوں بچھڑ گئے اور مصروف ہو گئے۔ والدین جب تک حیات رہے میرا اپنے چک میں آنا جانا رہتا تھا۔ ان کا میں اکلوتا بیٹا تھا بہنوں کی شادیاں ہو گئیں تو میں نے سوچا اپنا گاؤں والا مکان بیچ کر شہر میں منتقل ہو جاؤں۔ گاؤں آیا تو نعیم ملنے آ گیا۔ وہ خوب سرخ و سفید ہو رہا تھا۔ کہنے لگا ''تم اچھے وقت پر یہاں آئے ہو بھائی کی شادی ہے مجھے شہر جا کر تمہیں کارڈ دینا پڑتا۔''

میں نے کہا۔ ''تمہاری شادی کب ہو رہی ہے۔'' وہ بولا۔ ''یار ہونے والی بھابھی کی چھوٹی بہن سے بات چل رہی ہے پہلے بڑوں کی ہو تو میرا نمبر بھی آئے گا۔''

اس نے مجھے کارڈ دیا ہم دونوں اس وقت اپنے گھر کے صحن میں بیٹھے تھے۔ میرے گھر کے صحن میں ایک درخت کے نیچے کسی نامعلوم شخص کی قبر تھی۔ سالہا سال سے ہم یہاں رہ رہے تھے۔ والد صاحب کو بھی یہ معلوم نہیں تھا کہ یہاں کوئی دفن ہے ہم اس قبر کے عادی ہو چکے تھے نعیم سے میں نے پوچھا۔ ''تم لوگوں نے بھائی کی شادی میں کس کس کو مدعو کیا ہے۔''

وہ پُر مذاق آدمی تھا کہنے لگا۔ ''سوائے اس قبر کے بزرگ کے میں نے سبھی کو مدعو کر لیا ہے۔ چلو سائیں تمہیں بھی دعوت دیئے دیتا ہوں بھائی کی شادی میں تم بھی ضرور آنا۔''

اس نے اپنے مخصوص لہجے میں قبر کی طرف اشارہ کرتے ہوئے یہ جملہ کہا اور اٹھ کھڑا ہوا۔ کہنے لگا ''لو بھئی اب تو سارا گاؤں آئے گا تیاری کرنی ہے چلتا ہوں۔''

شادی بڑی دھوم دھام سے ہوئی۔ کئی دن تک کھانا وانا چلتا رہا۔ جب ولیمے کے بعد مہمانوں کی بھیڑ کم ہوئی تو ہم دونوں باہر ٹینٹ میں آ کر بیٹھ گئے اور شادی پر تبصرہ کرنے لگے۔ اتنے میں نعیم کا ملازم ایک ڈبہ ہاتھ میں لئے آیا کہنے لگا۔ ''چھوٹے صاحب! یہ ڈبہ آپ کو قبر والے مہمان نے بھیجا ہے کہہ رہا تھا کہ دعوت اچھی تھی میرا تحفہ قبول کریں۔''

ملازم نے یہ بات ایسی سادگی سے کہی کہ ہم دونوں چونک گئے۔ نعیم نے ڈبہ ہاتھ میں پکڑا ملازم سے پوچھا ''وہ کون شخص تھا ملازم نے بتایا ایک بوڑھا آدمی تھا اس کے صاف ستھرے کپڑے تھے بھنویں پلکیں سفید تھیں وہ کہہ رہا تھا کہ میں چھوٹے صاحب کا مہمان ہوں ان سے کہنا کہ یہ تحفہ قبر والے مہمان نے بھیجا ہے دعوت اچھی تھی بہت بہت شکریہ۔''

نعیم کو چپ سی لگ گئی تھی اس نے پتھر کا وہ پرانا ڈبہ بڑی مشکلوں سے کھولا اندر مٹھی بھر خاک پڑی تھی۔ نعیم نے جلدی سے اسے بند کر دیا میں تو اسے کسی کا مذاق ہی سمجھ کر بھول بھال گیا مگر نعیم پر اس واقعہ کا کچھ اور ہی اثر ہوا اس نے رفتہ رفتہ دنیا داری میں دلچسپی لینی چھوڑ دی۔ حد درجہ متین ہو گیا عبادت کی طرف شدت سے مائل ہو کر شریعت کی راہ پر گامزن ہو گیا۔

میرا اب بھی کبھی سالوں میں اپنے چک میں جانا ہوتا ہے تو نعیم سے ملنے ضرور جاتا ہوں' وہ خوش لباس آدمی اب مشکل سے پہچانا جاتا ہے لمبی داڑھی اونچی پیشانی پر محراب کا نشان ڈھیلے ڈھالے کپڑے اور ہاتھ میں تسبیح......

ایک مٹھی بھر خاک نے اس کے دل کی دنیا میں اتنا بڑا انقلاب برپا کر دیا کہ مجھے رشک آتا ہے۔

(غلام مرتضٰی......بہاولپور)

J921028

القہار

اللہ تعالیٰ کے ۹۹ صفاتی نام ہیں جن سے ہم بے شمار فوائد حاصل کرسکتے ہیں اس سلسلے میں قارئین کی دلچسپی کو مدنظر رکھتے ہوئے ایسا سلسلہ شروع کیا جارہا ہے جس کے ذریعے آپ ہر ماہ اللہ تعالیٰ کے کسی نام کی مکمل تفصیل اوران میں پوشیدہ کشفی فضائل حاصل کرسکتے ہیں

قہار کے معنی ہیں مصلحت کی بنا پر قہر نازل کرنے والا' زبردست یا غلبہ رکھنے والا۔ قہار اور قاھر اس ذات کی صفت ہے جو ہر شئے پر کامل قدرت رکھتی ہو۔ ''وہ اپنے بندوں پر کامل قدرت رکھنے والا ہے۔'' (سورہ الانعام)

جتنی بھی موجودات ہیں ان کے غلبہ وقدرت کے تحت داخل ہیں جب کوئی شخص اس اسم کا ذکر کرتا ہے تو اس کا نفس اور اس کی خواہشات اور اس کے سب دشمن مغلوب ہوجاتے ہیں۔ اس اسم سے متصف ہونے کی شکل یہ ہے کہ انسان کی کوئی حقیقت نہیں۔ تمام عالم خدا کی قدرت کے آگے عاجز و ماندہ ہے۔ اس لئے نفس اور شیطان کے شر سے ہمہ وقت چوکنا رہنا چاہئے اور دونوں پر اپنے کو حاوی بنالینا چاہئے۔

امام غزالی رحمتہ اللہ علیہ فرماتے ہیں ''قہار اور قاہر وہ ذات ہے جو ظالموں اور سرکشوں سے مظلوموں کا انتقام لیتی ہے۔ بایں طور کہ ظالموں کو ہلاک کرتی اوران کو ذلیل ورسوا کرتی ہے اور کوئی موجود شئے ایسی نہیں جو اس کے قبضہ قدرت میں نہ ہو بلکہ قدرت انسانی بھی اسی کے قبضہ قدرت میں ہے۔''

جو شخص حب دنیا اور ماسویٰ اللہ کی عظمت میں مشغول ہو وہ اس اسم کا کثرت سے ورد کرے اس کے دل سے دنیا کی محبت وعظمت جاتی رہے گی اور انشاء اللہ اس پر دشمنوں کا غلبہ نہ ہوگا بلکہ دشمنوں پر اس کو فتح حاصل ہوگی۔ اگر کوئی شخص القہار کو بہت پڑھے تو پروردگار عالم رنج وغم اور مصیبت دنیا دل سے اس کے علیحدہ کردے اور قاری اپنے نفس پر غالب آجائے گا۔ مشکلات کو دور کرنے کے لئے ۱۰۰ مرتبہ روزانہ پڑھنے سے پریشانی جاتی رہتی ہے اور یہ اسم حل المشکلات کے لئے مجرب ہے۔

یہ اسم جلالی اور اور عنصر آتشی ہے۔ اس کے اعداد ۳۰۶ ہیں اور ''ال'' کے اضافہ سے ۳۳۷ ہیں۔ اہل تحقیق نے فرمایا کہ اگر کوئی شخص ۳۳۷ مرتبہ روزانہ پڑھے تو محبت دنیا اس کے دل سے زائل ہو۔ یہ اسم مشترک قہر ولطف ہے یعنی اس اسم میں حب اور بغض دونوں قوتیں پوشیدہ ہیں۔

یہ اسم مشترک قہر ولطف ہے یعنی اس اسم میں حب اور بغض دونوں قوتیں پوشیدہ ہیں

نقش القہار

۷۸۶

ق	ھ	ا	ر
۲	۱۹۹	۱۰۱	۴
۲۰۲	۳	۳	۹۸
۲	۹۹	۲۰۱	۴

اس نقش کے پہنے والے پر کوئی غالب نہیں آسکے گا

ماں کی عظمت

ایک دفعہ حضرت موسیٰؑ نے اللہ سے پوچھا کہ ''جنت میں میرا پڑوسی کون ہوگا۔'' جواب ملا ''ایک قصاب ہے جو فلاں بستی میں رہتا ہے۔'' حضرت موسیٰؑ اس قصاب سے ملے اور کہا کہ ''تم مجھے اپنا مہمان بنانا پسند کروگے تاکہ میں جان سکوں کہ خدا نے تمہیں کس عمل کی بدولت یہ مقام عطا کیا ہے۔''

وہ قصاب حضرت موسیٰؑ کو اپنے گھر لے گیا تو حضرت موسیٰؑ نے دیکھا کہ وہ قصاب اپنی کمزور ماں کو پالنے سے نکالتا ہے اور اپنے ہاتھ سے کھانا کھلاتا ہے۔ اس کی ماں دعا دیتی ہے۔ ''خدا تجھے جنت میں موسیٰؑ کا پڑوسی بنائے۔'' حضرت موسیٰؑ کو معلوم ہوگیا کہ اسے یہ بلند مرتبہ ماں کی دعاؤں کے طفیل ملا ہے۔

(سعدیہ عرفان......کراچی)

دم پخت بریانی

(آصفہ توصیف......لاہور)

اجزاء: گوشت = ایک کلو، چاول = آدھا کلو، دہی = ایک کلو، ادرک = ایک ٹکڑا، مرچ سیاہ = چند دانے، زیرہ = ذرا سا، پیاز = ایک پاؤ، زعفران = ذرا سا، نمک = حسب ذائقہ، گھی = ایک پاؤ، لونگ = آٹھ عدد، الائچی = ایک تولہ۔

ترکیب: پیاز اور ادرک پیس لیں، پھر اس میں تھوڑی سی زعفران اور نمک گوشت کی بوٹیوں پر مل کر دو گھنٹے تک پڑا رہنے دیں۔ پھر آدھا کلو دہی میں زیرہ بقایا زعفران اور الائچی پیس کر پھینٹ لیں۔ اس مرکب کو بھی گوشت کے ٹکڑوں پر مل لیں۔ پھر ٹکڑوں میں لونگ ڈال لیں تھوڑا سا گھی گرم کر کے بھی ڈال دیں۔ اب ان کو دھونے کے بعد ان میں دہی ڈال کر گوشت کی بوٹیوں پر رکھ دیں، آنچ دھیمی رکھیں، تھوڑی دیر بعد جب دہی وغیرہ کا پانی خشک ہوجائے تو گھی کی آواز آنے لگے گی تو آگ نہایت دھیمی کردیں اور دم دے دیں۔ تقریباً آدھے گھنٹے بعد اُتار لیں۔ مزیدار بریانی تیار ہے۔

یخنی بریانی

(بشریٰ ظہور......حیدرآباد)

اجزاء: گوشت = ایک کلو، چاول = ایک کلو، ٹماٹر = آدھا کلو، دہی = آدھا پاؤ، لہسن، ادرک (پسا ہوا) = دو چمچ، پودینہ = ایک گٹھی، ہری مرچیں = پندرہ عدد (چھوٹی والی)، گرم مصالحہ = کھانے کا ایک چمچ پسا ہوا، جائفل = ایک چوتھائی، جاوتری = تین عدد، چھوٹی الائچی = چھ عدد، کُٹی مرچیں = دو کھانے کے چمچے، زردے کا رنگ = ایک چائے کا چمچ، کیوڑا = چائے کے چار چمچے، نمک = حسب ذائقہ۔

یخنی بنانے کے لئے اجزاء: لہسن = دو پوتھی (درمیانے سائز کی)، پیاز = چار عدد (درمیانے سائز کی) موٹی موٹی کاٹ لیں، سونف اور ثابت دھنیا دونوں چیزیں = تین، تین کھانے کے چمچے (ململ کے کپڑے میں پوٹلی بنالیں)، ٹماٹر = آدھا پاؤ (ٹماٹر کاٹ لیں)، ہری مرچیں = آٹھ عدد، نمک = حسب منشاء۔

اجزاء: پیاز = دو عدد درمیانے سائز کی (باریک کٹی ہوئی)، تیل = ایک پاؤ، لونگیں = آٹھ عدد، کالی مرچیں = آٹھ عدد، دارچینی = تین عدد، بڑی الائچی = تین عدد، زیرہ = چائے کا ایک چمچ۔

ترکیب: چاول ایک گھنٹہ بھگو دیں، ایک دیگچی میں گوشت دھو کر ڈالیں ساتھ لہسن، سونف دھنیا کی پوٹلی، پیاز، ہری مرچیں، ٹماٹر، نمک اور پانی ڈال کر چولہے پر رکھ دیں۔ چاول چن کر ایک گھنٹہ کے لئے بھگو دیں، جب گوشت گل جائے تو یخنی چولہے پر سے اُتار لیں اس میں سے بوٹیاں الگ نکال لیں، ساتھ پوٹلی کو اچھی طرح سے نچوڑ کر نکال لیں، یخنی کا پانی خشک کرنا ضروری نہیں، البتہ گوشت ضرور گل جائے، ٹماٹر دھو کر کاٹ لیں۔ پودینے کی پتیاں ڈنڈی سے الگ کر کے اچھی طرح دھولیں، دہی ایک پیالے میں پھینٹ لیں پھر یہ تمام اشیاء ایک پیالے میں یکجا کرلیں اس میں مزید ہری مرچیں، کٹی ہوئی لال مرچیں، نمک اور پسا ہوا گرم مصالحہ ڈال دیں، ساتھ پیاز اور تمام ثابت گرم مصالحہ ڈال دیں۔ تلی ہوئی پیاز میں یخنی سے نکالی ہوئی بوٹیاں اور لہسن، ادرک کا آمیزہ ڈال کر ایک منٹ تک بھونیں پھر ٹماٹر، پودینہ، دہی، ہری مرچیں، کٹی لال مرچیں، پسا ہوا گرم مصالحہ اور نمک ڈال کر دس منٹ تک بھونیں، پھر اس میں یخنی کا پانی ڈال دیں، یخنی کا پانی چھ پیالی ہونا چاہئے۔ اگر یخنی کا پانی چھ پیالی نہ ہو تو آپ پانی ڈال سکتی ہیں پھر اس پانی میں نمک ڈال کر چکھ لیں، اگر پانی میں نمک تیز ہوگا تو وہ چاول میں بالکل صحیح ہوگا۔ پھر اس میں چاول ڈال دیں، جب پانی خشک ہوجائے تو چاول دم پر رکھ دیں۔ ایک منٹ بعد اس میں کیوڑا، زردے کا رنگ چاول میں چاروں طرف اور بیچ میں ڈال دیں۔ بریانی تیار ہے دہی کے ساتھ کھائیں یا رائتہ بنائیں۔

چنے کی بریانی

(فرزانہ حبیب......کراچی)

اجزاء: گوشت = ایک کلو، چاول = ایک کلو، ادرک، لہسن = دو چمچ، چنے = آدھا پاؤ، دہی = آدھا پاؤ، دودھ = ایک پاؤ، پیاز = آدھا پاؤ، زعفران، الائچی = بقدر ضرورت، لونگ، زیرہ = دو دو تولہ۔

ترکیب: گوشت کے ٹکڑوں پر نمک اور لہسن ادرک کا پانی لگا کر رکھ لیں پھر ان پر دہی اور تمام مصالحہ مل کر گھی کڑکڑا کر اس میں دہی لگا گوشت بھونیں اور پانی کا چھینٹا دیں۔ چاول اُبال لیں اور دودھ بھی اُبال کر چاولوں میں ڈال دیں، پھر دودھ اور چاولوں کو گوشت کے اوپر ڈال دیں۔ چنے بھی اُبال لیں اور اُبلے ہوئے چنے چاولوں کی تہہ کے اوپر ڈال لیں۔ پھر دیگچی کو ڈھانپ دیں اور ڈھکن پر وزن رکھ دیں تاکہ بھاپ باہر نہ نکلے۔ آنچ ہلکی رکھیں۔ آدھے گھنٹے تک اسی طرح دم پر رہنے دیں آخر میں زعفران بھی ڈال دیں۔

نانی امّاں کے ٹوٹکے

شیشے کے فرنیچر کی صفائی

شیشے کی سطح والے فرنیچر کی صفائی کے لئے ردی کاغذ پانی میں بھگو کر اچھی طرح رگڑیں اس طریقہ سے شیشہ صاف وشفاف ہوجائے گا۔ اس عمل کے بعد نرم کپڑا پھیر دیں تو چمک پیدا ہوجائے گی۔

(نورالصباح......کراچی)

آئی پنسل کی خوبصورتی بڑھانا

اگر آپ چاہتی ہیں کہ آئی پنسل کی نوک تیکھی اور صاف ہو تو اسے دوبارہ تراشنے سے پہلے کچھ دیر کے لئے فریزر میں رکھ دیا جائے اس طرح یہ تراشنے کے دوران ضائع بھی کم ہوگی اور پھیلنے کا اندیشہ بھی نہیں ہوگا اور آپ زیادہ عرصہ تک اسے استعمال کرسکیں گی۔

(طاہرہ ندیم......اسلام آباد)

مہندی کا رنگ تیز کرنے کا طریقہ

اگر آپ مہندی کا رنگ تیز کرنا چاہتے ہیں تو تھوڑی سی املی لے کر تھوڑے سے پانی میں بھگودیں' پھر اسے باریک کپڑے میں چھان لیں۔ اس کے بعد اس چھنے ہوئے املی کے پانی میں مہندی کو گھول کر دس منٹ بعد لگائیں تو اس کا رنگ بہت گہرا ہوگا۔

(شائستہ بشیر......حیدرآباد)

مکھیوں سے باورچی خانے کو محفوظ رکھنا

باورچی خانے کو مکھیوں سے محفوظ رکھنے کے لئے جھاڑ پونچھ کر چولہے پر نمک اور کپڑے دھونے والا سوڈا ڈال کر گرم پانی سے فرش کو دھولیا جائے اس طرح گھی وغیرہ سے جمی ہوئی چکنائی صاف ہوجائے گی اور دیگر کیڑے مکھیاں وغیرہ بھی داخل نہیں ہوں گے۔

(ثمینہ احتشام......راولپنڈی)

فریج کے اندر سے بو دُور کرنا

فریج کے اندر سے اگر کسی قسم کی بو آرہی ہو تو ایک کوئلہ لے کر اسے پیس لیں اور پلیٹ میں رکھ دیں۔ پھر چند دنوں کے بعد اس پسے ہوئے کوئلے کو بدلتے رہا کریں۔

(نجمہ ظہیر......نوشہروفیروز)

فریج کی چمک برقرار رکھنے کیلئے

فریج کی چمک کو برقرار رکھنے کے لئے المونیا کے چند قطرے تھوڑے سے پانی میں ملا کر اس محلول سے فریج کو صاف کرلیا جائے اور بعد میں کسی نرم کپڑے سے اسے خشک کرلیا جائے۔ تو فریج کی چمک برقرار رہے گی۔

(صبوحی فرقان......ملتان)

فریج سے پھلوں کی خوشبو ختم کرنا

فریج میں خربوزے اور آم رکھے جائیں تو پانی میں بھی خوشبو آنے لگتی ہے اس لئے تمام خوشبو والے پھلوں کو پلاسٹک کے لفافوں میں بند کرکے فرج میں رکھا جائے جس سے پھل ٹھنڈے اور محفوظ رکھیں گے اور ان کی خوشبو دوسری چیزوں میں بھی داخل نہیں ہوگی۔

(نائلہ رحمان......کراچی)

سخت بالوں کو نرم اور ملائم کرنا

سخت بالوں کو نرم اور ملائم کرنا ہو تو غسل کرنے سے پہلے ان پر روغن بادام یا روغن ناریل لگادیا جائے۔ اس طریقے سے بال ملائم ہوجاتے ہیں اور ان کی جڑیں بھی بے حد مضبوط ہوجاتی ہیں۔

(نازنین احمد......ملتان)

سیاہ رنگت کو سفید کرنے کیلئے

سیاہ رنگت کو سفید کرنے کے لئے چرونجی کو دودھ میں پیس کر ہلکا گرم کریں اور رات کو سونے سے پہلے اس سے چہرے کی مالش کرکے سو جائیں صبح اٹھ کر خالص صابن سے چہرے کو دھولیا کریں تو آپ کی سیاہ رنگت نمایاں طور پر سفید ہونا شروع ہوجائے گی۔

(آفرین طلعت......کراچی)

ہاتھوں کی رنگت سفید کرنے کیلئے

ہاتھوں کی رنگت سفید کرنے کے لئے ان پر تھوڑی سی چینی اور لیموں کا عرق ملا کر لگایا جائے اس نسخے سے ہاتھ نرم اور سفید بھی ہوجائیں گے اور خوبصورت و دلکش دکھائی دیں گے۔

(یسریٰ سہراب......سیالکوٹ)

مشکل کام آسانی سے ہو جائے
کوئی ایسا کام جو آپ سے نہیں ہو رہا۔ یا کوئی راستہ سجھائی نہ دیتا تو ۲۱
روز تک مغرب کی نماز کے فوراً بعد
یا اللّٰہُ
یا رافعُ یا نافعُ
ایک تسبیح (۱۰۰) بار پڑھیں۔ پھر اپنے اس کام یا مسئلے کے حل کے لئے
دعا کریں انشاءاللہ اچھی خبر ضرور ملے گی
ماہنامہ روشنی کراچی
Facebook.com/RoshniCentre
Roshnicentre.blogspot.com
Issuu.com/roshnicentre

جہاں روح ہے وہاں روحانیت ہے۔ اللہ تعالیٰ نے انسان کو بے شمار نعمتوں سے نوازا ہے جسم، توانائی، عقل، شعور، بات چیت کا سلیقہ وغیرہ۔ ان چیزوں کے بارے میں ہم جانتے ہیں لیکن ایک چیز جس سے ہم بے خبر ہیں یا جس کی طرف ہم توجہ نہیں دیتے اور جو خداوند کریم نے ہمیں خاص طور پر بخشی ہے وہ ہماری روحانی قوت ہے۔ شیطان ہماری اس قوت سے ہی خوفزدہ ہے اس لئے شیطان انسان کو مختلف جسمانی، ذہنی اور روحانی الجھنوں میں گرفتار کرتا رہتا ہے۔

لیکن اگر ہم اللہ تعالیٰ سے مدد مانگیں تو اللہ تعالیٰ کی مدد سے ہم شیطان کا مقابلہ کر سکتے ہیں اور اس طرح ہم نہ صرف اپنے بلکہ اپنے جاننے والوں کے بھی ہر طرح کے مسائل حل کر سکتے ہیں۔ اس سلسلے میں فیضان قلندری کا قیام عمل میں آیا ہے جس کے بانی روحانی اسکالر اقبال آرتانی ہیں اگر آپ چاہیں تو فیضان قلندری میں شریک ہو کر اپنی روحانی قوتوں کو بڑھا کر دنیا میں امن، خوشی اور خوشحالی پھیلا سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ فیضان قلندری کے ممبر مسائل اور مشکلات سے نجات کے لئے مخصوص روحانی عمل بھی کر سکتے ہیں۔ فیضان قلندری میں شمولیت کی شرائط یہ ہیں۔

نمبر ۱: فیضان قلندری کے ہر ممبر کو اللہ تعالیٰ اور اس کی طاقت اور رحمت پر مکمل بھروسہ ہونا چاہئے۔ اس کے لئے آپ کو اس بات پر بھی یقین ہونا چاہئے کہ اللہ تعالیٰ سے جو بھی دعا کریں، وہ ضرور قبول ہوتی ہے۔ ہوسکتا ہے کہ ہماری دعا کی قبولیت میں کچھ دیر لگے لیکن اللہ تعالیٰ ہمارے مسائل ضرور حل کرتے ہیں۔

نمبر ۲: فیضان قلندری کے ہر ممبر پر لازم ہے کہ اس بات پر یقین کرے کہ خداوند کریم نے بعض انسانوں کو دوسرے انسانوں پر فضیلت دی ہے۔ فضیلت پانے والے انسانوں میں اللہ کے رسول ﷺ، نبیؑ، پیغمبرؑ، غوثؒ، ابدالؒ، قطبؒ، ولیؒ، قلندرؒ، صوفیائے کرامؒ وغیرہ شامل ہیں اور اگر اللہ تعالیٰ سے ان فضیلت پانے والوں کے واسطے سے مانگا جائے تو وہ ہماری فریاد ضرور سنتا ہے۔

نمبر ۳: فیضان قلندری کے ممبر کو دنیا میں خوشحالی اور موت کے بعد جنت الفردوس کی آرزو ہونی چاہئے۔ اس خواہش کی وجہ سے وہ گناہوں سے بچنے اور اللہ تعالیٰ کی رضا مندی حاصل کرنے کے لئے اللہ تعالیٰ کی عبادت میں وقت صرف کرنے کی کوشش کرے اور ساتھ ساتھ دوسرے انسانوں کی مدد میں بھی کوتاہی نہ کرے۔ اس میں ممکنہ حد تک مالی امداد اور دوسروں کے مسائل حل کرنے کے لئے، بہترین مشورے بھی شامل ہیں اور ان مشوروں کے ضرورت مند لوگوں سے کسی قسم کا مالی یا دوسرا فائدہ اٹھانے کی کوشش نہ کرے۔

نمبر ۴: فیضان قلندری کے ہر ممبر پر فرض ہے کہ وہ اللہ تعالیٰ کی وحدانیت اور حضرت محمد ﷺ کی رسالت اور ان کے آخری نبی ہونے پر مکمل یقین رکھے اور اس سلسلے میں کسی قسم کا شک، وہم یا منطق سے بالکل کام نہ لے۔

نمبر ۵: فیضان قلندری کے ہر ممبر، خواہ وہ مرد ہو یا عورت پر لازم ہے کہ وہ ہر جمعرات کو کسی بھی نماز کے بعد کسی جگہ بیٹھ کر گیارہ سو بار درود پاک کا ورد کرے اگر گیارہ سو بار درود پاک پڑھتے ہوئے دشواری محسوس ہو، آنکھیں یا جسم بھاری ہوتا محسوس ہو تو ۵۲۵ بار پڑھیں۔ اگر ۵۲۵ بار پڑھنے میں بھی دشواری ہو تو ۹۹ بار درود پاک کا ورد کریں۔ وہ جگہ پاک ہونی چاہئے۔ آپ کا لباس اور وہ جگہ بہتر ہے کہ سفید ہوں لیکن مجبوری کی وجہ سے کوئی اور رنگ بھی ہوسکتا ہے۔ درود پاک کے ختم کے بعد فاتحہ کے بعد سفید رنگ کی کھیر خود بھی کھائے اور اگر ممکن ہو تو اپنے اردگرد کے لوگوں کو بھی کھلائے۔ اللہ تعالیٰ نے چاہا تو اس عمل کی برکت سے آپ کے تمام مسائل حل ہو جائیں گے۔ (اگر کھیر نہ بانٹ سکیں تو ہر جمعرات کو پانچ روپے قریبی مسجد میں دے دیں)

فیضان قلندری کے ممبر کو ہر ماہ ماہنامہ ''روشنی'' میں شامل روحانی عمل برائے فیضان قلندری کرنے کی اجازت ہوگی۔

اگر آپ کو فیضان قلندری میں شامل ہونے کی خواہش ہے تو آپ 'فیضان قلندری کا ممبر شپ فارم' بھر کر ہمیں روانہ کریں۔

فیضان قلندری یا اس کے سربراہ ممبران کے کسی فعل یا عمل کے ذمہ دار نہیں ہوں گے۔ یہ صرف عوام کی خدمت کے لئے بنائی گئی ہے اور اس سے کسی قسم کا فائدہ مقصود نہیں ہے۔

فیضان قلندری میں ممبر شپ کا فارم

جناب ڈاکٹر محمد فہد آرتانی صاحب

صدر، فیضان قلندری

مجھے فیضان قلندری میں شمولیت کی خواہش ہے۔اس لئے آپ سے درخواست ہے کہ آپ مجھے فیضان قلندری کا ممبر بنا لیجئے۔آپ جب چاہیں، بغیر وجہ بتائے مجھے فیضان قلندری سے الگ کر سکتے ہیں۔ میں نے فیضان قلندری میں شرکت کی تمام شرائط پڑھ لی ہیں۔اللہ تعالیٰ کو حاضر ناظر جا کر یہ میرا عہد ہے کہ میں ان تمام شرائط کو پورا کروں گا/ کروں گی۔ فیضان قلندری میں شرکت سے کوئی ناجائز فائدہ اٹھانے کی کوشش نہیں کروں گا/ کروں گی۔ میری یہ کوشش ہوگی کہ اللہ سے دعا کر کے میرے اور میرے جاننے والوں کے مسائل حل کروں، گناہوں سے دور رہوں اور نیک کام کروں گا/ کروں گی۔

دستخط

نام: ____________________

مکمل پتہ: ____________________ فون نمبر: ____________________

فیضان قلندری میں شمولیت کی وجہ: ____________________

____

روشنی سینٹر CA-27، چاندنی چوک اسٹیڈیم روڈ، کراچی ۔۷۴۸۰۰ فون: (021)34923667

فیضان قلندری کے ممبران کے لئے خاص روحانی عمل

ماہ ربیع الثانی کی نو اور انیس تاریخ کو ظہر اور عشاء کی نماز کے بعد اوّل و آخر گیارہ بار درود شریف کے ساتھ ۱۴۱ بار

اللہُ القویُ الکریم

پڑھیں۔اس کے بعد اپنے مسائل اور مشکلات کے حل کے لئے صدق دل سے اللہ تعالیٰ سے اپنے لئے اور دیگر ممبران کے لئے دعا مانگیں۔ وہی سب کی سننے والا ہے اور وہی دعا قبول کرنے والا ہے۔ دعا کے بعد ۲۱ روپے نیاز کی نیت سے رکھ لیں اور اگلے دن تقسیم کر دیں۔

اس کے ساتھ ساتھ اپنی روحانی قوت بڑھانے کے لئے رات سوتے وقت ایک گلاس پانی پر ۲۱ بار

اللہُ القویُ الکریم

دم کر کے پیا کریں۔

یہ روحانی عمل فیضان قلندری کے ممبران کے لئے مخصوص ہے۔ دیگر افراد جو فیضان قلندری کے ممبر نہیں ہیں وہ یہ عمل نہ کریں کیونکہ ان کے لئے یہ لا حاصل ہے۔

دیگر افراد اپنے مسائل کے حل کے لئے "محفل دعا" کا فارم پر کر کے روانہ کر سکتے ہیں۔

قلندری جماعت میں ان خواتین وحضرات کوشامل کرلیا گیا ہے

ہر ماہ قلندری جماعت میں سینکڑوں افراد شمولیت حاصل کرتے ہیں بعض اوقات ماہنامہ ''روشنی'' میں جگہ کی کمی کے باعث آپ کے نام شامل اشاعت نہیں ہو پاتے ہماری ممبران سے گزارش ہے کہ اگر آپ کا نام جگہ کی کمی کے باعث شائع نہیں ہوا ہو تو آپ اپنے نام اگلے ماہ کے شمارے میں دیکھئے۔

● کراچی ۔ عابد حنیف ۔ مبین صدیقی ۔ فریدہ بیگم ۔ شارق احمد ۔ شاھیہ ابومحمد ۔ عمر فاروق چشتی قادری ۔ شہر بانو عطاریہ ۔ نورین فاطمہ ۔ توصیف چغتائی ۔ عزیزہ بیگم ۔ تسلیم سلطانہ ۔ عامر حسین ۔ آسیہ وارثی' مقبول وارثی ۔ مسرت جہاں ۔ نسیمہ اختر ۔ جبار حسین ۔ فہیم اختر ۔ جہانگیر خان ۔ ملک بابر ۔ حنا اشفاق ۔ ماہین رحمٰن ۔ نصرت جاوید ۔ عبدالوہاب ۔ خدیجہ نعیم ۔ رضوانہ ناز ۔ چوہدری ناصر ۔ سرفراز علی ۔ مریم ناز ۔ سرفراز احمد ۔ عائشہ بتول ۔ حافظ حسین ۔ فیض احمد ۔ صائمہ الماس ۔ خالد نقوی ۔ ایم شہزاد رحمٰن ۔ اسرار احمد ۔ نگہت جہاں ۔ عامر عثمان ۔ محمد حنیف خان ۔ محمد علی ۔ ماہ نور زبیر ۔ صوفیہ رحمٰن ۔ شیرین گل ۔ افتخار احمد ۔ سعدیہ اعجاز ۔ محمد ملک خان ۔ میمونہ رشید ۔ روشن آراء ۔ سید مختار علی ۔ صغریٰ کاظم ۔ فرح ناز ۔ ڈاکٹر غلام علی ۔ درخشاں بیگ ۔ شبانہ ناز ۔ محمد جمیل ۔ صبا زیدی ۔ سیماب اختر ۔ آرزو حبیب ۔ ذیشان احمد ۔ عنبرین' نورین ۔ ثناء فرقان ۔ اجمل بٹ ۔ لالہ رخ ہاشم ۔ رخسانہ نواب ۔ تاج محمد ۔ تنویر احمد ۔ فیصل حسین ۔ جویریہ شکیل ۔ امینہ اختر ۔ ہاجرہ بی بی ۔ سعیدہ بانو ۔ زبیدہ سرور ۔ عابدہ نیاز ۔ محمد بشیر ۔ عارفہ خالد ۔ اظہر اقبال ۔ نگہت سلطانہ ۔ زوہیب خان ۔ لبنیٰ اعجاز ۔ معصومہ طارق ۔ زاہدہ ساجد ۔ نازش ملک ۔ آصف علی ۔ روبینہ احسان ۔ صادق حسین ۔ درخشاں نواز ۔ عائشہ نیازی ۔ پروین بیگم ۔ عالیہ منصور ۔ مریم قاسم ۔ رضوانہ اکرم ۔ سائرہ حمید ۔ قیصر علی ۔ فرحت یونس ۔ محمد اسلم ۔ ڈاکٹر نیلوفر ۔ شہزاد نگار ۔ جمال احمد ۔ راشدہ مقصود ۔ سلطانہ انوار ۔ فرزانہ تسلیم ۔ شگفتہ سعید ۔ سید مہتاب علی ۔ گل زرین ۔ غلام سرور ۔ نائلہ مغل ۔ نورین الیاس ۔ مبشر تیمور ۔ صباحت علی ۔ ثمینہ وقار ۔ سید حسیب رضا ۔ مدحت جعفری ۔ ارم نسیم ۔ شاہینہ کمال ۔ اظہر مسعود ۔ انعم سلیم ۔ مہوش جمال ۔ نصیر اللہ ۔ تنویر احمد ۔ طاہر اشتیاق ۔ ڈاکٹر محمد خورشید ۔ مظہر لیاقت ۔ ریاض قادری ۔ خالدہ الیاس ۔ اُم ایمن ۔ آصفہ نواز ۔ انعام علی ۔ سدرہ منصور ۔ انعم حبیب ۔ عالیہ زبیر ۔ زوبیہ شریف ۔ آنسہ عالیہ بتول ۔ فضل الٰہی ۔ فریحہ زبیری ۔ صباحت عثمانی ۔

● حیدرآباد ۔ میمونہ خاتون ۔ عابد اقبال ۔ سید شمشیر بٹ ۔ آسیہ رفیق ۔ شبانہ صدیق ۔ یاسمین بی بی ۔ عقیلہ ناز ۔ عبدالواجد ۔ ساجد پرویز ۔ شبانہ امتیاز ۔ فیروزہ بیگم ۔ شاہینہ الیاس ۔ عاصم' شاہ زیب ۔ شیراز علی ۔ ماہین غنی ۔ احتشام آصف ۔ ایمان حبیب ۔ ساجد اقبال ۔ نعمان ظفر ۔ سحر حسن ۔ رومانہ اقبال ۔ عامر چغتائی ۔ شمع چوہدری ۔ عامر قاسمی ۔ انیب بھٹی ۔ عاصفہ تیمور ۔ عشرت شاہین ۔ نسرین اختر ۔ فاطمہ رضوی ۔ سید مظہر شاہ ۔ زید خان ۔ راحیلہ صدیقی ۔ عشرت ثاقب ۔ مہرین جبار ۔ عامرہ افتخار ۔ ملک اکبر حسین ۔ عبیداللہ ۔ محمد اختر ۔ صبا شاہین ۔ منصور علی ۔

● لاہور ۔ اشرف علی ۔ اظہار بیگ ۔ ارشد مبین ۔ محسن شیرازی ۔ صبا اسد ۔ سنبل حبیب ۔ عامرہ لیاقت ۔ انتظار حسین ۔ آصف ۔ امینہ ساجد ۔ سید نثار علی ۔ خلیل الرحمٰن ۔ حمیدہ خاتون ۔ اسد حمید ۔ لبنیٰ خالق ۔ فریحہ سمیع ۔ مبشر اکرم ۔ پرویز شاہد ۔ معصومہ بی بی ۔ محمد ادریس الحق ۔ شکیلہ ناظم ۔ رضیہ تقی ۔ اشتیاق حسین ۔ سیما اختر ۔ محمد امین ۔ تسلیم خان ۔ رضیہ اسلم ۔ عبداللہ ۔ سید مکرم علی ۔ وصی الدین ۔ شبانہ افتخار ۔ نوید احمد ۔ شازیہ علی ۔ اشتیاق حسین ۔ عباس احمد ۔ یعقوب پاشا ۔ ریحانہ ظفر ۔ صادق اطہر ۔ رضیہ قدیر ۔ آفتاب غنی ۔ نائلہ غنی ۔ شازیہ رئیس ۔

● **اندرون سندھ** ۔ مظہر علی' ثوبیہ مظہر ۔ عبدالمجید ۔ سائرہ قیصر ۔ شاداب انور ۔ تنویر چوہدری ۔ کامران احمد' رمیز احمد ۔ ثمینہ اطہر ۔ غزالہ رشید ۔ فرح سلیم ۔ تانیہ مشتاق ۔ عاصم کھوکھر ۔ ساجدہ ادریس ۔ نازیہ امبر ۔ شاہدہ عباس ۔ زاہدہ حسین ۔ عائشہ حنیف ۔ تہمینہ ریاض ۔ نصرت پرویز ۔ احسان الحق ۔ شمائلہ اختر ۔ زینب قادری ۔ جلیل الدین ۔ مقصودہ فخر ۔ مسرت علی ۔ نسرین عثمان ۔ ناجیہ توقیر ۔ خورشید بٹ ۔

● **اندرون پنجاب** ۔ صالحہ زید ۔ عشرت بیگم ۔ تبسم جہاں ۔ ۔ توصیف حیدر ۔ زینت خاتون ۔ خرم شیرازی ۔ ماہین چوہدری ۔ محمد احتشام الحق ۔ عاصم زبیری ۔ سید عامر اسلم ۔ امبر علی ۔ ریحان انور ۔ حمیداللہ خان ۔ فوزیہ سلیم ۔ اسرار حسین ۔ عامر یعقوب ۔ رمیز حسین ۔ منیزہ احمد ۔

● کوئٹہ و پشاور ۔ سلمیٰ شمیم ۔ اسماعیل شاہ ۔ زبیر الٰہی ۔ عاصمہ زبیری ۔ حنا جبار ۔ عظمیٰ جعفری ۔ فرید عالم ۔ اسد حبیب ۔ آسیہ مبین ۔ عبدالرشید ۔ نائلہ جبیں ۔ شارق حبیب ۔

● **بیرون ممالک** ۔ طاہر مقصود (آسٹریلیا) ۔ رفعت سجاد (لندن) ۔ طاہرہ ناز (مسقط) ۔ صائمہ کرامت (لندن) ۔ طلحہ یاسین (مانچسٹر) ۔ کمال اظہر (ہیوسٹن) ۔ منظور جمال (بحرین) ۔ مہرین جبار (شارجہ) ۔ فیروز بخاری (ابوظہبی) ۔ شہلا نقوی (ویلنگٹن) ۔ افتخار حسین' رابعہ افتخار (دوھا) ۔ زویا خان (نیویارک) ۔ لائبہ شیخ (جدّہ) ۔

محفل دعا

جیسا کہ قارئین "روشنی" کو معلوم ہے کہ فیضان قلندری کے تمام ممبران ہر جمعرات کو گیارہ سو بار درود شریف کا ورد کرتے ہیں۔ ورد کے اختتام پر دعا میں لوگوں کے مسائل و معاملات، الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہتے ہیں وہ اپنا مسئلہ "فارم برائے محفل دعا" پر صاف صاف لکھ کر بھیجیں۔ فیضان قلندری کے تمام ممبران سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔ اگر الگ الگ نام لے کر دعا نہ کرسکیں تو ماہنامہ روشنی میں شامل دعاؤں کی درخواست کہہ کر دعا کر لیجئے۔

اللہ تعالیٰ آپ کو جزائے خیر دے۔ آمین۔

السلام علیکم! میرے والد کے انتقال کے بعد مجھ پر بہت ذمہ داریاں ہیں۔ اپنی بہنوں کی شادیاں کرنی ہیں، ماشاء اللہ سے میری پانچ بہنیں ہیں۔ میں چاہتا ہوں کہ مجھے کوئی اچھی نوکری مل جائے تاکہ اپنے گھر والوں کے لئے کچھ کرسکوں۔ اپنے اس مسئلے کے لئے میں آپ تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست کرتا ہوں۔

(عاصم نواز......کراچی)

تمام فیضان قلندری کے ممبران سے گھریلو پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(ارم اختر......کراچی)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں جو بھی کاروبار کرتا ہوں وہ جم نہیں پاتا اس میں نقصان ہوجاتا ہے۔ تمام فیضان قلندری کے ممبران سے درخواست ہے کہ میرے حق میں دعا کریں کہ میرا کاروبار جم جائے۔

(اسد علی......سکھر)

میں گزشتہ دو سالوں سے مختلف بیماریوں کا شکار ہوں۔ کئی جگہ علاج کرایا مگر کوئی خاطر خواہ فائدہ نہیں ہوا۔ میں آپ سے درخواست کرتی ہوں کہ فیضان قلندری کے ممبران سے میری صحت یابی کے لئے دعا کروادیں میں آپ کی بہت مشکور رہوں گی۔

(فائزہ حسن......حیدرآباد)

جناب میرا مسئلہ یہ ہے کہ میں عجیب سے وہم میں مبتلا ہوں۔ مجھے ہر وقت ایک سایہ اپنے ساتھ محسوس ہوتا ہے جسکی وجہ سے میں بہت خوفزدہ رہنے لگی ہوں۔ اکثر مجھے ایسا محسوس ہوتا ہے جیسے کوئی مجھے پکار رہا ہے لیکن جب میں مڑ کر دیکھتی ہوں تو کوئی موجود نہیں ہوتا۔ اس وہم سے نجات کے لئے میں تمام قلندری ممبران سے دعا کی درخواست کرتی ہوں۔

(عامرہ اقبال......لاہور)

تمام ممبران قلندری سے مالی پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(صفدر علی......میرپورخاص)

میں ماہنامہ ''روشنی'' کی مستقل قاری ہوں میرا مسئلہ یہ ہے کہ گزشتہ دو ماہ سے میرے گھر میں عجیب سی ٹینشن چل رہی ہے، ہر وقت گھر میں لڑائی جھگڑا ہوتا رہتا ہے۔ اس روز روز کے لڑائی جھگڑے سے سب ہی پریشان ہیں۔ آپ سے درخواست ہے کہ ہمارے تمام اہل خانہ کے لئے ''محفل دعا'' میں دعا کرائیں۔

(خدیجہ جبار......کوٹری)

جناب میری منجھلی بیٹی جس کی عمر ۱۴ سال ہے۔ ذہنی طور پر ابھی تک بہت چھوٹی ہے۔ میں نے اس کے علاج کے لئے کوئی جگہ نہیں چھوڑی لیکن کوئی فائدہ نہیں ہوا۔ جیسے جیسے وہ بڑی ہوتی جارہی ہے میری پریشانی بھی بڑھتی جارہی ہے۔ اب تو بس دعاؤں کا ہی سہارا ہے کہ شاید کوئی دعا میری بیٹی کے مقدر سنوار سکے اسی مسئلے کے لئے تمام ممبران سے دعا کی درخواست کرتا ہوں۔

(شبانہ حنیف......فیصل آباد)

محترم! میں ایک بہت بڑے مسئلے میں الجھا ہوا ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرا بیٹا گزشتہ کئی ماہ سے بہت بیمار ہے۔ ہر وقت بستر پر لیٹے رہنے کی وجہ سے اس کی کمر میں شدید درد رہنے لگا ہے اب تو وہ کروٹ بھی خود سے بدل نہیں پاتا، ہر وقت بخار رہتا ہے۔ اس کی بھوک بھی مرتی جارہی ہے۔ بہت کمزور ہوگیا ہے کئی ڈاکٹروں سے علاج کروا چکا ہوں، روحانی علاج بھی کرایا مگر کچھ حاصل نہیں ہوا۔ بہت امید سے آپ کو اپنا مسئلہ لکھ رہا ہوں امید ہے آپ کی اور قلندری ممبران کی دعا سے میرا بیٹا ضرور ٹھیک ہوجائے گا۔ خدارا میرے بچے کی صحت کے لئے دعا کروادیجئے۔

(منصور ولی......کراچی)

قرض کی ادائیگی کے لئے تمام ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(عارف عالم......کراچی)

میں نے آپ کا رسالہ پڑھا بہت پسند آیا آپ کی محفل دعا کے بارے میں پڑھ کر مجھے اپنے مسئلے کا حل نظر آیا۔ اپنا مسئلہ لکھ رہی ہوں اس مسئلے کے حل کے لئے فیضان قلندری کے ممبران سے ضرور دعا کروادیجئے گا۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے شوہر بظاہر سب سے بہت اچھی طرح ملتے ہیں، نماز روزے کے پابند ہیں لیکن اپنے گھر پر بالکل توجہ نہیں

دیتے، نہ ہی بچوں پر۔ بس جو ان کے گھر والے کہتے ہیں وہی کرتے ہیں، بچے بھی ان کی وجہ سے بہت ڈرے ڈرے سے رہتے ہیں۔ میں چاہتی ہوں کہ وہ اپنے گھر اور بیوی بچوں کو اپنی ذمہ داری سمجھیں اور سب کے ساتھ یکساں سلوک رکھیں۔ میرے لئے دعا کرادیں میں آپ کی تاعمر مشکور رہوں گی۔

(مسز صائمہ چوہدری......فیصل آباد)

❁ محترم! میں ایک عجیب ذہنی کرب میں مبتلا ہوں۔ میرا حافظہ رفتہ رفتہ کمزور ہوتا جارہا ہے جس کی وجہ سے آئے دن دفتر میں بے عزتی ہوتی ہے۔ چیزیں رکھ کر بھول جاتا ہوں۔ مجھے لگتا ہے کہ میرا دماغ آہستہ آہستہ بالکل میرا ساتھ چھوڑ دے گا۔ اس لئے ہر وقت ٹینشن میں رہتا ہوں۔ میری تمام ممبران قلندری سے گزارش ہے کہ وہ میرے لئے بھی خصوصی دعا کریں کہ مجھے اس ذہنی کرب سے نجات مل جائے۔

(جاوید اکبر......کراچی)

❁ واجد فخر اور انور فخر کے بہتر روزگار کے لئے دعا کی درخواست ہے۔ امجد فخر کے بزنس میں ترقی کے لئے دعا کی درخواست ہے اور ذیشان فخر کے لئے بھی دعا کی درخواست ہے۔ ساتھ ہی بیٹوں کے اچھے رشتوں کے لئے ممبران قلندری سے دعا کی درخواست ہے۔

(زبیدہ فخر......ملتان)

❁ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے چار بچے ہیں۔ سب ذہین اور محنتی ہیں لیکن میرا سب سے بڑا بیٹا دو تین ماہ سے پڑھائی پر بالکل توجہ نہیں دیتا وہ غلط صحبت میں پڑ گیا ہے۔ میں بہت پریشان ہوں، اس کے امتحان بھی ہونے والے ہیں۔ تمام قلندری ممبران سے گزارش کرتی ہوں کہ اس دکھی ماں کے لئے دعا کریں کہ میرا بیٹا راہ راست پر آجائے۔

(تہمینہ عارف......اسلام آباد)

❁ ہمارے گھر ماہنامہ ''روشنی'' بہت شوق سے پڑھا جاتا ہے۔ مجھے آپ کا محفل دعا والا سلسلہ بہت پسند ہے۔ اسی لئے میں آپ کو اپنا ایک مسئلہ لکھ رہی ہوں۔ مسئلہ یہ ہے کہ میرے والد صاحب اسٹیل مل میں ملازم ہیں۔ وہ کبھی رشوت نہیں لیتے اور نہ ہی ناجائز کام کرتے ہیں جس کی وجہ سے کسی حاسد نے انہیں جھوٹے مقدمے میں پھنسا دیا ہے۔ انکوائری چل رہی ہے ہم سب بہت پریشان ہیں اور تمام فیضان قلندری کے ممبران دعا کریں کہ میرے والد صاحب پر لگا ہوا الزام دور ہوجائے اور وہ باعزت اپنے عہدے پر برقرار رہیں۔

(عائشہ کمال......کراچی)

❁ میرے والد صاحب کی گاؤں میں کافی زمینیں ہیں لیکن وہ شروع سے شہر میں رہتے ہیں اور وہ واحد ہیں جنہوں نے اپنے خاندان میں تعلیم حاصل کی ہے۔ جب تک دادا زندہ تھے کوئی مسئلہ نہیں ہوا لیکن ان کی وفات کے کچھ سال کے بعد دونوں تایا نے ابو کے حصّے کی رقم بھیجنا بند کردی اور اب زمین پر قبضہ کرلیا ہے۔ عدالت میں مقدمہ چل رہا ہے آپ تمام ممبران سے گزارش ہے کہ دعا کریں کہ فیصلہ ہمارے حق میں ہوجائے۔

(احمد حسن......راولپنڈی)

❁ میرے والد صاحب گزشتہ تین سال سے شدید بیمار ہیں ان کی صحت یابی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(متین شبیر......کوئٹہ)

❁ امتحانات میں کامیابی کے لئے تمام فیضان قلندری کے ممبران سے دعا کی درخواست ہے۔

(دانش نواز......مورو)

❁ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری بیٹی کے بال بہت گھنے اور لمبے تھے مگر اب بہت تیزی سے جھڑ رہے ہیں۔ ہر قسم کی دوا اور تیل استعمال کیا لیکن خاطر خواہ فائدہ نہیں ہوا۔ میری تمام قلندری ممبران سے درخواست ہے کہ میری بیٹی کے حق میں دعا کریں۔

(راحیلہ بٹ......ٹنڈو آدم)

❁ ہم چھ بہنیں ہیں اور ہمارا کوئی بھائی نہیں ہے۔ ان میں سے ہم چار بہنیں شادی کے قابل ہوچکی ہیں مگر کوئی رشتہ نہیں آتا۔ گھر میں ہر وقت لڑائی جھگڑا رہتا ہے۔ میری والدہ ہر وقت روتی رہتی ہیں۔ اس مسئلے کے حل کے لئے آپ اور تمام قلندری ممبران سے دعا کی درخواست ہے کہ ہم بہنوں کی شادی ہوجائے اور آپس کی رنجشیں ختم ہوجائیں۔

(ثمینہ رفیق......گجرات)

❁ محترم! گزارش یہ ہے کہ میرے شوہر بہت اچھے ہیں میرا اور بچوں کا بہت خیال رکھتے ہیں لیکن وہ جہاں ملازمت کرتے ہیں وہاں پر رشوت لی جاتی ہے اور میرے شوہر بھی اس برائی میں مبتلا ہیں۔ میں ہر وقت اس وجہ سے پریشان رہتی ہوں اور آپ سے استدعا ہے کہ میرے شوہر کے حق میں دعا کریں اور تمام ممبران سے بھی دعا کروائیں۔

(مسز عطیہ ندیم......حیدرآباد)

❁ محترم آرتانی صاحب! میں گزشتہ کئی سالوں سے بے روزگار ہوں، جہاں بھی جاتا ہوں صاف جواب مل جاتا ہے۔ نوکری نہ ملنے کی وجہ سے قرض بڑھتا جارہا ہے، کیا کروں کچھ سمجھ میں نہیں آتا۔ آپ کا محفل دُعا کا سلسلہ پڑھا جس نے بہت متاثر کیا۔ اب میں اپنے اس مسئلے کے حل کے لئے آپ سے اور فیضان قلندری کے جتنے بھی ممبران ہیں ان سے دعا کی درخواست کرتا ہوں۔

(احسان اللہ......سانگھڑ)

❁ حاجرہ خاتون کی پریشانیوں اور شوہر سے ذہنی ہم آہنگی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(نام نامعلوم......کراچی)

میرا بیٹا ۱۵ سال کا ہے۔ اس کے میٹرک کے امتحانات ہونے والے ہیں لیکن اس کا پڑھائی میں بالکل بھی دل نہیں لگتا اور اس کی صحت بھی ٹھیک نہیں رہتی۔ اس کی صحت کے لئے اور امتحانات میں کامیابی کے لئے آپ سے دعا کی درخواست ہے۔

(مسز راشدہ انعام......لاہور)

محترم آرتانی صاحب! میں نے آپ سے اپنی والدہ کی صحت یابی کے لئے دعا کروائی تھی۔ اب ان کی صحت خدا کا شکر ہے پہلے سے بہت بہتر ہے لیکن ابھی بھی بہت کمزوری ہے۔ چکر بھی آتے ہیں ان کی مزید صحت یابی کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(عاطف بشیر......سکھر)

میری پانچ بیٹیاں ہیں شوہر کا انتقال ہو چکا ہے۔ میں چاہتی ہوں کہ اپنی زندگی میں ہی ان کی شادیاں کردوں اور اس فرض سے سبکدوش ہو جاؤں لیکن اوّل تو رشتے ہی نہیں آتے اور اگر رشتے آ بھی جائیں تو کسی نہ کسی وجہ سے انکار ہو جاتا ہے۔ آپ دعا کریں کہ میری بیٹیوں کی جلد از جلد اچھے اور شریف لوگوں میں شادیاں ہو جائیں۔

(میمونہ حسین......سیالکوٹ)

محترم! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے والد صاحب میری والدہ سے ہر وقت ناراض رہتے ہیں۔ لڑائی جھگڑوں کی وجہ سے گھر کا ماحول ہر وقت خراب رہتا ہے۔ دل چاہتا ہے کہ گھر سے کہیں دور چلی جاؤں۔ پہلے میرے والد صاحب ایسے نہیں تھے مگر اب پتا نہیں کیا ہوتا جا رہا ہے۔ میری آپ سے اور تمام قلندری ممبران سے دعا کی درخواست ہے کہ ہمارے لئے دعا کریں کہ ہمارے گھر کا ماحول ٹھیک ہو جائے۔

(انیلا جعفر......حیدر آباد)

بیرونِ ملک اچھی ملازمت کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(آصف خان......کوئٹہ)

جناب میری والدہ ذہنی مریض ہیں ہم ان کا علاج کرا رہے ہیں لیکن علاج کے ساتھ ساتھ آپ کی دعا کی بھی ضرورت ہے۔ آپ تمام ممبران سے ہمارے لئے دعا کرادیں۔

(صباحت سلطانہ......رحیم یار خان)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری بہن کا گھر نہیں بستا۔ پہلے شوہر سے طلاق ہو چکی ہے اور دوسرے شوہر نے بھی انہیں میکے بھیج دیا ہے۔ نہ واپس لے کر جاتے ہیں اور نہ ہی بچوں سے ملنے دیتے ہیں۔ میری بہن کی حالت بہت خراب ہے وہ اپنے بچوں سے ملنے کے لئے ہر وقت تڑپتی رہتی ہیں۔ برائے مہربانی ان کے حق میں دعا کریں کہ خدا ان کی مشکلات ختم کردے۔

(شائستہ نور......لاڑکانہ)

محترم! میں شدید قسم کے احساس کمتری میں مبتلا ہوں جس کی وجہ سے کسی سے بات نہیں کرپاتی، لوگوں کے ہجوم میں میرا دل بہت گھبراتا ہے۔ آپ سے درخواست ہے کہ میرے لئے دعا کریں اور تمام ممبران سے بھی میرے لئے دعا کروادیں۔

(شاکرہ انور......کراچی)

جناب آرتانی صاحب! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری کمائی میں برکت بالکل نہیں ہے۔ جو بھی کماتا ہوں خرچہ اس سے زیادہ ہو جاتا ہے جس کی وجہ سے بہت تنگی میں زندگی گزر رہی ہے حالانکہ میری آمدنی اچھی خاصی ہے لیکن پھر بھی گزارا کرنا مشکل ہو جاتا ہے۔ میری تمام قلندری ممبران سے درخواست ہے کہ میری کمائی میں برکت کے لئے دعا کردیں۔

(عابد علی......جدّہ)

میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بچے بہت نافرمان ہیں اور حد سے زیادہ ضدی ہیں کسی بات پر ضد کرتے ہیں تو بات ہی نہیں سنتے اپنی بات منوا کر رہتے ہیں میں ہر وقت ڈرتی رہتی ہوں کہ پتا نہیں کیا ضد کر بیٹھیں ان کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(صائمہ فردوس......اسلام آباد)

میری تین بیٹیاں ہیں بیٹا نہیں ہے۔ بیٹے کے لئے دعا کی درخواست ہے۔

(مہتاب اکبر......ملتان)

فارم برائے محفل دعا

فیضان قلندری میں اپنے مسائل و معاملات، ذہنی الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کے لئے یہ فارم پر کر کے روانہ کریں۔

یاد رہے کہ ایک فرد کے لئے ایک ہی فارم استعمال کیا جائے گا۔

نام: ____________________

پتہ: ____________________

مسئلہ برائے دعا: ____________________

____

____

نوٹ

☆ یہ فارم محفل دعا میں دعا کی درخواست کے لئے ہے۔

☆ اس فارم کے ذریعے فیضان قلندری میں شامل نہیں ہوسکتے اور فیضان قلندری کے ممبران کے لئے خاص روحانی عمل بھی نہیں کرسکتے۔

☆ فیضان قلندری میں شمولیت کے لئے فیضان قلندری ممبر شپ فارم پر کر کے روانہ کریں۔

☆ اگر جگہ کم ہو تو علیحدہ کاغذ پر مسئلہ لکھ کر روانہ کریں۔

روحانی کیفیات

فیضان قلندری میں شامل افراد کی کیفیات پر مبنی خطوط جو اس سے فیض حاصل کر رہے ہیں۔ اس کالم کے ذریعے ہم محفل درود کے دوران پیش آنے والی روحانی کیفیات کے ساتھ ساتھ اس کے عملی زندگی پر پڑنے والے اثرات بھی قارئین کی نذر کرتے ہیں۔ اگر آپ نے بھی فیضان قلندری کے ذریعے سے اپنے اندر کوئی مثبت تبدیلی محسوس کی ہو تو آپ بھی اپنی کیفیات ماہنامہ "روشنی" کے پتے پر ارسال کریں۔ خط کے لفافے پر (فیضان قلندری روحانی کیفیات) لکھنا نہ بھولیں۔

میں ہر جمعرات کو درود شریف کا ورد باقاعدگی کے ساتھ کرتی ہوں۔ میں ایک طالب علم ہوں۔ اس بار امتحانات کے دوران میں نے اپنے اندر ایک تبدیلی محسوس کی۔ جو کچھ یاد کرتی تھی وہ ذہن میں فوراً بیٹھ جاتا' انشاءاللہ نتائج بھی بہتر برآمد ہوں گے۔ یہ سب درود شریف کی برکت سے ہے۔ ساتھ ہی محفل دعا میں دعا کرادیں۔

(فاطمہ جاوید قلندری......کراچی)

گزشتہ دو ماہ سے ہر جمعرات کو درود شریف پڑھتی ہوں۔ دوران ورد آنکھوں کے سامنے چیزیں نظر آنا شروع ہو جاتی ہیں' اس بار ہر طرف سفید دھواں ہی دھواں تھا۔ پھر باغات' فوارے اور نہ جانے کیا کیا چیزیں تھیں۔ جب تک آنکھیں بند رہیں خوب صورت باغات اور چیزیں سامنے آتی رہیں۔ اس بار وقت گزرنے کا بالکل احساس نہیں ہوا۔ اس کیفیت سے جو خوشی ملی وہ پہلے کبھی نہ ملی تھی۔

(زینب معین قلندری......کراچی)

درود پاک کا ورد کرتے ہوئے کئی ماہ ہو گئے ہیں ورد کی برکت سے مجھے اپنے اندر بہت بہتری نظر آرہی ہے۔ پہلے ذہن کسی بھی خیال میں پھنس کر رہ جاتا تھا اور میں اسٹریس میں مبتلا ہو جاتا تھا۔ سارے اعصاب میں اکڑاؤ آجاتا تھا اور سر میں شدید درد ہو جاتا تھا۔ مگر اب تقریباً پچاس فیصد مسائل سے نجات پا چکا ہوں اور مجھے پوری امید ہے کہ باقی تکالیف بھی ایک ایک کر کے ختم ہو جائیں گی۔

(واحد نواز قلندری......حیدرآباد)

میں پہلی بار اپنی کیفیات روانہ کر رہی ہوں۔ درود پاک کے ورد سے بہت فائدہ ہوا ہے۔ سب سے بڑا فائدہ یہ ہوا کہ میرے ذہن میں جو بے جا خیالات رہتے تھے وہ سارے کے سارے ختم ہو گئے ہیں۔ پہلے میں نماز کبھی کبھی پڑھتی تھی کیونکہ نماز میں خیالات حملہ کر دیتے تھے۔ جس کی وجہ سے میں نماز انتہائی کم پڑتی تھی۔ مگر اب خود ہی نماز پڑھنے کو دل کرتا ہے اور نماز شروع کرتے ہی یکسوئی مل جاتی ہے۔

(رابعہ صابر قلندری......لاہور)

دوران ورد پیش آنے والے واقعات سے مجھے بہت سکون محسوس ہو رہا ہے اور ساتھ ہی میرے اندر ٹھہراؤ آنے لگا ہے۔ غصہ پہلے بھی زیادہ تو نہیں آتا تھا مگر اب تو غصہ یا لڑائی کا تصور کرتے ہی ناگواری کا احساس ہوتا ہے۔ ہر ایک سے محبت کا رشتہ قائم کرنے کو جی چاہتا ہے اور تمام لوگ اپنے رشتہ دار محسوس ہوتے ہیں۔ نفرت' بغض اور لوگوں سے دشمنی رکھنا اب ناقابل قبول اور کریہہ فعل لگتا ہے۔ کیونکہ نفرت کے جذبات کے ساتھ ہی جسم میں ارتعاش سا پھیل جاتا ہے۔

(عبدالحمید قلندری......سکھر)

درود پاک کی برکت سے حافظہ اس قدر مضبوط ہو چکا ہے کہ جو دیکھ لیتا ہوں وہ ذہن پر نقش ہو جاتا ہے' بھولی بسری باتیں بھی یاد آتی رہتی ہیں۔ درود شریف کا ورد باقاعدگی سے کرتے رہنے کے بعد یہ سمجھ آیا ہے کہ اگر انسان اپنے اندر اعلیٰ درجہ کی یکسوئی پیدا کر لے تو وہ نہ صرف اچھی زندگی گزار سکتا ہے بلکہ صحت و تندرستی کی نعمت بھی حاصل کر سکتا ہے۔

(محمد رضوان قلندری......لاہور)

میں ہر جمعرات کو باقاعدگی کے ساتھ درود شریف کا ورد کرتی ہوں اور کھیر پکا کر بانٹتی ہوں۔ اس بار ورد کے دوران مجھ پر بے خیالی کی سی کیفیت طاری ہو گئی' اس کیفیت میں دیکھا کہ دو بڑے بڑے درخت ہیں' تاحد نظر سبزہ ہی سبزہ ہے ایک طرف آبشار ہے' میں اس کے ایک طرف بیٹھ گئی۔ اچانک تسلسل ٹوٹ گیا جس پر دوبارہ ورد جاری کر دیا۔ مختصر یہ کہ مجھے اس کیفیت میں بڑا سکون ملا جس کو الفاظ میں بیان کرنا مشکل ہے۔

(صالحہ ودود قلندری......کراچی)

میں میڈیکل کی طالبہ ہوں دن کا بڑا حصہ مطالعہ میں گزر جاتا ہے۔ ماہنامہ ''روشنی'' کے مطالعے کے بعد میں نے فیضان قلندری کا فارم پر کر کے روانہ کیا اور ممبران قلندری میں شامل ہو گئی۔ شروع میں مجھ درود کی محفل کے لئے وقت نکالنے کے لئے کچھ دقت بھی ہوئی لیکن اب کوئی مشکل نہیں ہوتی۔ دوران ورد کچھ دیکھا تو نہیں مگر میں پر امید بہت ہوں۔ درود پاک کی برکت سے میرے اندر پہلی تبدیلی تو یہ آئی کہ صبح سویرے اٹھنے کی عادت پڑ گئی ہے۔ اب اللہ کے کرم سے نماز فجر کے بعد باقاعدگی سے تلاوت قرآن شریف کرتی ہوں۔ اس کے علاوہ سکون کا احساس رہتا ہے۔ مجھے یقین ہے کہ یہ سب تبدیلیاں درود شریف کی بدولت آئیں ہیں۔ اگر یہ انقلابی تبدیلیاں جاری رہیں تو مجھے لگتا ہے کہ جلد ہی روحانی ترقی تو اپنی جگہ انشاءاللہ مجھے دنیا میں بہت کامیابیاں ملیں گی کیونکہ اس سے ذہنی صلاحیتیں بڑی تیزی کے ساتھ بیدار ہوتی محسوس ہو رہی ہیں۔

(عائشہ رضا قلندری......ایبٹ آباد)